ПРИНЯТ
Педагогическим Советом ГБДОУ детского сада
№ 109 общеразвивающего вида
Адмиралтейского района СПб
Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕН
приказом ГБДОУ детского сада № 109 общеразвивающего вида Адмиралтейского района СПб
от «30» августа 2019 г.№ 35-р

Заведующий _____/Соколова Е.В./

СОГЛАСОВАНО

Врач _____Серебрянникова И.А.

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

1. Щадящий режим назначается детям с III и IV группой здоровья, детям, перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником (врач, ст. медсестра) на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
3. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№	Вид деятельности в режиме дня	Рекомендации. Ограничение	Ответственный
1	**Приход в детский сад**	Желательно (по возможности) 8.00 - 8.20 Удлинённый ночной сон	Родители
2	**Утренняя гимнастика**	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
3	**Гигиенические процедуры (умывание)**	t воды -16-20, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
4	**Питание**	Увеличение времени, необходимого для приёма пищи (садятся за стол первыми); докармливание (ранний и младший возраст); не заставлять съедать целую порцию при проявлении нежелания.	Воспитатель, помощник воспитателя
5	**Сборы и выход на прогулку**	Одевание в последнюю очередь. Выход последними	Воспитатель, помощник воспитателя
6	**Прогулка**	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность. Следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).	Воспитатель
7	**Возвращение с прогулки**	Возвращение первыми под присмотром взрослого. Снимается влажная одежда, надевается – сухая.	Помощник воспитателя
8	**Образовательная деятельность по физическому развитию**	Отмена ОД по физическому развитию или исключение бега, прыжков, активных подвижных игр (в это время может наблюдать за товарищами, помогать воспитателю). Следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).	Воспитатель

9	**Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения**	Во время непосредственно образовательной деятельности: увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, сократить продолжительность. Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первую половину дня.	Воспитатель
10	**Дневной сон**	Увеличение продолжительности дневного сна. Для этого необходимо укладывать ребенка первым и поднимать последним (по мере просыпания).	Воспитатель
11	**Закаливающие процедуры**	Снимается пижама, надевается сухая одежда. При проведении водных закаливающих процедур повысить температуру воды на 5-7° С по сравнению с той, которая применялась до заболевания. Тщательно растираются стопы ног.	Воспитатель
12	**Образовательная деятельность в режимных моментах**	Учёт настроения ребёнка, его физического состояния. Предлагать места, удалённые от окон. Следить за тем, чтобы не было длительного статического напряжения.	Воспитатель
13	**Самостоятельная деятельность**	Предлагать места, удалённые от окон. Следить за тем, чтобы не было длительного статического напряжения.	Воспитатель
14	**Уход домой**	Желательно (по возможности) до 18.00	Родители

Сроки щадящего режима после некоторых острых болезней и обострений хронических заболеваний для детей, посещающих дошкольные учреждения.

ОРВИ, острый бронхит, бронхит, ангина, обострение хронического тонзиллита	Грипп, острый гнойный отит, обострение хронического отита, бронхиальная астма после обострения	Острая пневмония, острые детские инфекционные заболевания, в том числе кишечные, протекающие в средне-тяжелой форме, обострение экземы, сотрясение мозга средней тяжести, состояние после полостных операций, состояние после тонзилэктомии	Острый нефрит, менингит (любой этиологии)
20-25 дней	**25-30 дней**	**2 месяца (часто до 6 мес.)**	**более 2 месяцев (часто/постоянно)**