

ПРИНЯТ  
Педагогическим советом ГБДОУ  
детского сада № 109 общеразвивающего вида  
Адмиралтейского района СПб  
Протокол от «31» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕН  
приказом по ГБДОУ детский сад № 109 об-  
щеразвивающего вида  
Адмиралтейского района СПб  
от «31» августа 2023 г. № 102/лб

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 Удлиненный ночной сон	Родители (законные представители)
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 (салятся за стол первыми); до- кармливание (ранний и младший возраст); не заставлять съесть целую порцию при проявлении нежелания.	Воспитатель, помощник воспитателя
5	Сборы и выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь. Выход по- следними	Воспитатель, помощник воспитателя
6	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную дея- тельность. Следить за появлением симпто- мов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появле- ние бледности).	Воспитатель
7	Возвращение с прогулки	Возвращение первыми под присмотром взрослого. Снимается влажная одежда, надевается – сухая.	Помощник воспитателя
8	Образовательная деятель- ность по физическому развитию	Отмена ОД по физическому развитию или исключение бега, прыжков, активных по- движных игр (в это время может наблюдать за товарищами, помогать воспитателю). Следить за появлением симптомов пере- утомления (учащение дыхания и пульса, по- вышение потоотделения, появление бледно-	Воспитатель

		сти).	
9	<b>Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения</b>	Во время непосредственно образовательной деятельности: увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлекаться, сократить продолжительность. Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первую половину дня.	Воспитатель
10	<b>Дневной сон</b>	Увеличение продолжительности дневного сна. Для этого необходимо укладывать ребенка первым и поднимать последним (по мере просыпания).	Воспитатель
11	<b>Закаливающие процедуры</b>	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	<b>Образовательная деятельность в режимных моментах</b>	Учёт настроения ребёнка, его физического состояния. Предлагать места, удалённые от окон. Следить за тем, чтобы не было длительного статического напряжения.	Воспитатель
13	<b>Самостоятельная деятельность</b>	Предлагать места, удалённые от окон. Следить за тем, чтобы не было длительного статического напряжения.	Воспитатель
14	<b>Уход домой</b>	Желательно (по возможности) до 18.00	Родители (законные представители)

**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)
<b>20-25 дней</b>	<b>25-30 дней</b>	<b>2 месяца (часто до 6 мес.)</b>	<b>более 2 месяцев (часто/постоянно)</b>