

СОГЛАСОВАНО

Врач

Л.Ю. Хриштакян

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 36/3 от 16.08.2016 г.

Заведующий ГБДОУ д/с № 20

О.Б. Быстрова

**Щадящий режим.**

Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
Приход в детский сад.	По возможности 8.00-8.30 с целью продления утреннего сна.	родители
Утренняя гигиеническая гимнастика.	Снижение нагрузки во время бега и прыжках на 50 %	воспитатель муз. руководитель
Гигиенические процедуры, закаливание: • умывание • полоскание рта после еды • воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Температура воды 16 – 20 гр., тщательное вытирание рук, лица. Температура воды 16 – 20 гр., наливается перед полосканием. Снимается пижама, надевается сухая футболка.	воспитатель пом. воспитателя
Во время приема пищи	- первыми садятся за стол, докармливание (ранний, младший возраст).	воспитатель пом. воспитателя
Сбор и выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь Выход последними	воспитатель пом. воспитателя
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого) Снимается влажная майка, заменяется на сухую	воспитатель пом. воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатель
Совместная образ. деятельность «Физическая культура», «Музыка»	Отмена или снижение нагрузки во время бега и прыжков на 50%	воспитатель инструктор по физ. воспитанию муз. руководитель
Во время ННОД статического характера	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня.	воспитатель учитель-логопед
Дневной сон	- Укладывание первыми - Подъем по мере просыпания.	воспитатель пом. воспитателя
Совместная деятельность	Учет настроение ребенка, его пожеланий.	воспитатель учитель-логопед муз. руководитель инструктор по физ. воспитанию
Самостоятельная деятельность	Предлагать места игр и другие виды деятельности, удаленные от окон и дверей.	воспитатель
Уход детей домой	По возможности в 17.00	родители