

СОГЛАСОВАНО:

Врач


 М.Б.Арсеньева
 25 августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий


 О.В. Сахарова
 25 августа 2026 г.

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

для ослабленных детей и после перенесенных заболеваний

Режимные процессы	Ограничения и добавления	Примечания
Приход в детский сад. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа	Рекомендуется приводить детей не раньше 8:00, т.к. требуется удлинённый сон	Создать благотворительную эмоциональную обстановку.
Утренняя гимнастика	Проводится, если нет мед/отвода	
Подготовка к завтраку. Завтрак. Полоскание рта кипяченой водой.	На завтрак дети садятся первыми. Температура воды 25 – 30 С	Возможно докармливание ребенка
Организованная образовательная деятельность (ООД)	ООД проводится только в 1 подгруппе, продолжительность ООД сокращается на 5-7 мин.	ООД может быть перенесена или отменена
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	Возможно сократить продолжительность прогулки. Использовать игры малой подвижности.	Проверить, как одет ребенок (обязательно по погоде), в течение прогулки следить за его самочувствием. Должно быть запасное белье для переодевания, если ребенок вспотеет.
Подготовка к обеду. Обед.	Садятся обедать первыми	Возможно докармливание
Подготовка ко сну. Дневной сон.	Увеличить продолжительность сна на 20 – 30 минут.	Раздевать и одевать ребенка около его постели.
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика.	Подъем по мере пробуждения. Гимнастика проводится, если нет мед/отвода.	
Подготовка к полднику. Полдник. Полоскание рта кипяченой водой.	Садятся на полдник первыми. Температура воды 25-30 С	Возможно докармливание ребенка.
Совместная деятельность.	Без ограничений, исключая игры большой подвижности.	
Совместная деятельность со взрослыми.		Если у ребенка нет желания участвовать в совместной деятельности, не настаивать. Предоставить ему право выбора.
Вечерняя прогулка.	Рекомендовано по возможности забирать детей домой раньше (17:00 – 17:30)	Часть вечерней прогулки можно заменить пешеходной прогулкой от детского сада до дома.
Дома	Ограничить просмотр телевизора и игр на компьютере. Укладывать спать не позднее 21:00	Проводить гигиенические и закаливающие процедуры, учитывая назначения врача.

Примечания: занятия, требующие повышенной двигательной активности (музыкально-ритмические, физкультурные) могут быть на время отменены, либо ограничены по физической нагрузке (см. рекомендации врача).