

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №27 Московского района Санкт – Петербурга «Надежда»**

*Утверждено  
Заведующий ГБДОУ д/с №27 «Надежда»  
Н.В.Столярова  
Приказ №256 «01» сентября 2023 г*

**РЕЖИМ ДНЯ круглосуточный (щадящий) средней группы  
(сентябрь – май)**

<b>№п/п</b>	<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Ограничения</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Подъем детей	7.45-8.00	Удлиненный сон (воспитатель, пом. воспитателя)
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	воспитатель
3.	Гигиенические процедуры (умывание)	t воды = 16-20, тщательное вытирание рук, лица	воспитатель, пом. воспитателя
4.	Гигиенические и закаливающие процедуры	Вода = 20-22, наливается перед полосканием	пом. воспитателя
5.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны, бодрящая гимнастика)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	воспитатель
6.	Питание (завтрак, обед, полдник, ужин)	Первыми садятся за стол, детей младшего возраста докармливать	воспитатель, пом. воспитателя
7.	Сборы на прогулку	Одеваются и выходят на прогулку последними	воспитатель, пом. воспитателя
8.	Возвращение с прогулки	Возвращаются первыми под присмотром взрослого, влажные вещи снимаются, заменяются на сухую (майка, футболка)	пом. воспитателя
9.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатель
10.	Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	воспитатель, инструктор по физической культуре
11.	Совместная деятельность воспитателя с детьми	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия	специалисты ГБДОУ, воспитатель
12.	Дневной сон	Укладывание первым, подъем по мере просыпания	воспитатель
13.	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения, желаний ребенка	воспитатель
14.	Самостоятельная деятельность (игры, изо-деят.)	Предлагать места для игр, удаленные от окон и дверей	воспитатель
15.	Ночной сон (для ночующих детей)	с 20.00	воспитатель

**Примечание:**

1. Щадящий режим назначается часто болеющим детям, детям перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ (врач, ст. м\с).
3. Щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №27 Московского района Санкт – Петербурга «Надежда»**

*Утверждено  
Заведующий ГБДОУ д/с №27 «Надежда»  
Н.В.Столярова  
Приказ №256 «01» сентября 2023 г*

**РЕЖИМ ДНЯ (щадящий) средней группы  
(сентябрь – май)**

<b>№п/п</b>	<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Ограничения</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Приход в детский сад	8.00 – 8.30	Удлиненный сон (воспитатель, пом. воспитателя)
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	воспитатель
3.	Гигиенические процедуры (умывание)	t воды = 16-20, тщательное вытирание рук, лица	воспитатель, пом. воспитателя
4.	Гигиенические и закаливающие процедуры	Вода = 20-22, наливается перед полосканием	пом. воспитателя
5.	Закаливающие процедуры (воздушные ванны, бодрящая гимнастика)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	воспитатель
6.	Питание (завтрак, обед, полдник, ужин)	Первыми садятся за стол, детей младшего возраста докармливать	воспитатель, пом. воспитателя
7.	Сборы на прогулку	Одеваются и выходят на прогулку последними	воспитатель, пом. воспитателя
8.	Возвращение с прогулки	Возвращаются первыми под присмотром взрослого, влажные вещи снимаются, заменяются на сухую (майка, футболка)	пом. воспитателя
9.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатель
10.	Физкультурное занятие	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%	воспитатель, инструктор по физической культуре
11.	Совместная деятельность воспитателя с детьми	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине занятия	специалисты ГБДОУ, воспитатель
12.	Дневной сон	Укладывание первым, подъем по мере просыпания	воспитатель
13.	Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения, желаний ребенка	воспитатель
14.	Самостоятельная деятельность (игры, изо-деят.)	Предлагать места для игр, удаленные от окон и дверей	воспитатель
15.	Уход домой	-	родители

**Примечание:**

1. Щадящий режим назначается часто болеющим детям, детям перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинским работником ГБДОУ (врач, ст. м\с).
3. Щадящий режим после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ГБДОУ на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.