

**ПРИНЯТ**  
Педагогическим Советом №1  
Протокол №1 от 31.08.2023  
ГБДОУ детский сад №51  
Приморского района Санкт -Петербурга

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий ГБДОУ №51  
С.В. Краевая  
Приморского района СПб  
Приказ № 125 -Д от 31.08.2023

### Щадящий режим в ГБДОУ

| №  | Виды деятельности                                                                                                                        | Ограничения                                                                                                      | Ответственный                                                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1  | Приход детей в детский сад                                                                                                               | По возможности с 7:30 до 9:00,<br>во второй половине дня с 15:00                                                 | родители                                                     |
| 2  | Утренняя гимнастика                                                                                                                      | Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%                                                                        | инструктор по ФИЗО, воспитатели                              |
| 3  | Профилактические, физкультурно- оздоровительные и общеукрепляющие процедуры:<br>- умывание;<br>- воздушные ванны с бодрящей гимнастикой; | - при температуре не ниже +20<br>– тщательное вытирание рук, лица.<br>- бодрящую гимнастику в однослойной одежде | воспитатели,<br>помощник воспитателя,<br>медсестра<br>врач   |
| 4  | Сборы и выход на прогулку (утреннюю, вечернюю)                                                                                           | Одевать в последнюю очередь,<br>Выход детей последними.                                                          | помощник воспитателя, воспитатели                            |
| 5  | Возвращение с прогулки                                                                                                                   | Возвращение первыми (под присмотром взрослого)                                                                   | помощник воспитателя                                         |
| 6  | Прогулка                                                                                                                                 | Вовлечение в умеренную двигательную деятельность                                                                 | воспитатели                                                  |
| 7  | Физические занятия, ЛФК                                                                                                                  | Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам                                                                   | инструктор по ФИЗО, воспитатели, м/с ЛФК, музыкальный рук-ль |
| 8  | Занятия статистического, интеллектуального характера                                                                                     | Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первую половину дня                                        | воспитатели, специалисты                                     |
| 9  | Дневной сон                                                                                                                              | Укладывание первыми, подъем по мере просыпания                                                                   | воспитатели                                                  |
| 10 | Совместная деятельность со взрослым                                                                                                      | Учет настроения ребенка и его желания                                                                            | воспитатели                                                  |
| 11 | Самостоятельная игровая деятельность                                                                                                     | Предлагать места для игр на ковре                                                                                | воспитатели                                                  |
| 12 | Уход детей домой по возможности до 17:00.                                                                                                | Посещение ДОУ с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду                                | родители, воспитатели                                        |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 128593760405429612695382320908471150083380202394

Владелец Краевая Светлана Викторовна

Действителен с 11.07.2023 по 10.07.2024