

Иванович
Елена
Валерьевна

Подписано цифровой
подписью: Иванович
Елена Валерьевна
Дата: 2026.09.01
13:47:28 +03'00'

УТВЕРЖДЕН
Приказом от 26.08.2025 № 26-О_П.3
Заведующий ГБДОУ №3 _____/Иванович Е.В./

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственные
Приход в детский сад	по возможности с 08.00 до 08.30	родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	Инструктор по физической культуре, воспитатель
Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: -умывание,	температура воды 16-20°C, тщательное вытирание рук, лица	Воспитатель, помощник воспитателя
-полоскание полости рта	Температура воды 20-22°C, наливается перед полосканием	
после еды,		
-воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель, помощник воспитателя
Питание: Завтрак, обед, полдник	Первыми садятся за стол, докармливание	
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель,
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого) Снимается влажная майка, заменяется на сухую	Воспитатель, помощник воспитателя
Физическая культура	Отмена и снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50 %	Инструктор по физической культуре, воспитатель
Дневной сон	укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель, помощник воспитателя
Совместная деятельность с педагогами	учитывать настроение ребенка и его желание	Все педагогические работники
Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игровой и другой деятельности, удаленные от окон и дверей	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

Мед. кабинет _____ / _____ / _____