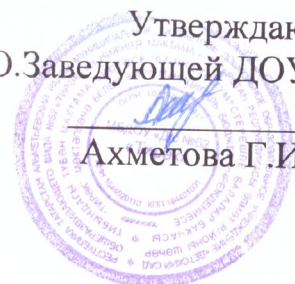


Утверждаю
И.О.Заведующей ДОУ



Ахметова Г.И

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ
МБДОУ № 62 «ТИРЭК»
2021 уч.год.**

Старшая
медсестра
Галимуллина З.М.

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	ответственные	время
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	1-5		Ст. воспитатель Ст. м/сестра	В течении года
2	Организация двигательного режима				
	Физкультурные занятия	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Гимнастика после дневного сна	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Спортивный досуг	1-5		воспитатели	В течении года
	Гимнастика для глаз	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Пальчиковая гимнастика	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная	ежедневно	воспитатели	С апреля по ноябрь на улице, с декабря по март в помещении
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	1-5	Ежедневно, несколько раз в день	воспитатели	В течении года
4	Профилактика заболеваемости				
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	1-5	Во время утренней зарядки, после сна	Воспитатели, контроль ст.м/с	В течении года
	Оксалиновая мазь	1-5 с согласия родителей	Ежедневно, 2р в день	Воспитатели, ст. медсестра	декабрь октябрь, ноябрь

5	Оздоровление фитонцидами				
	Чесочно- луковые закуски	1-5	Перед обедом	воспитатели	В холодное время года
	Ароматизация помещений(чесночные букетеки)	1-5	В течении дня, ежедневно	воспитатели	Октябрь-апрель
6	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Воздушные ванны (облегченная одежда соответствующая сезону)	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Прогулки на воздухе	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Хождение босиком по траве	1-5	ежедневно	воспитатели	Июнь август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	1-5	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Игры с водой	1-5	ежедневно	воспитатели	Июнь август
	Полоскание зева кипяченой солевой водой	Старша я, , подгот.	Ежедневно После сна	воспитатели мл.воспитатели	В течении года
7	Лечебно оздоровительная работа				
	Витаминизация 3 блюда	1-5	Ежедневно	Ст.медсестра	В течении года
	Настойка шиповника	1-5	По 1р..в 10дней	Ст. медсестра	В холодное время года