

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад «Улыбка»

Принято:  
Управляющим советом  
Протокол № 7 от « 30 » 12 20 15 г.

Утверждено:  
Заведующий МДОУ  
«ЦРР-детский сад «Улыбка»  
Н.И. Куликова  
Приказ № 100 от « 31 » 12 20 15 г.



# Программа «ЗДОРОВЬЕ»

## 2016-2020гг.

г. Качканар

## Пояснительная записка

Одним из основных аспектов современного социального заказа общества является сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровье – это многогранное, многоуровневое понятие. Согласно Уставу Всемирной организации здравоохранения, под здоровьем подразумевается «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Таким образом, понятие «здоровье» включает физический, психический и нравственный компоненты, т.е. здоровье – это и система нравственных ценностей, и совокупность личных качеств человека, обеспечивающих ему полноценное существование и выполнение своих биологических и социальных функций.

Здоровье – не цель, а средство жизнедеятельности. Оно стало социально значимым феноменом. По уровню состояния здоровья судят о степени развития и благополучия общества.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми.

Однако требования, предъявляемые к ребенку в современных условиях развития общества, довольно высоки, и реализовать их сможет только абсолютно здоровый ребенок дошкольного возраста – «жизнерадостный, активный, любознательный, устойчивый к неблагоприятным внешним факторам, выносливый и сильный с высоким уровнем физического развития» (Ю.Ф.Змановский). У ребенка относительно здорового может возникнуть перегрузка, переутомление, дезадаптация к различным видам деятельности, проявляющаяся в детских неврозах, стрессах, следствием которых являются болезни различных систем и органов.

В детском саду реализуется Основная общеобразовательная программа дошкольного образования в группах общеразвивающей, комбинированной и компенсирующей направленности с приоритетным осуществлением деятельности по физическому и социально-личностному развитию детей МДОУ «Центр развития - детский сад "Улыбка"

«Программой Развития» МДОУ» Центр развития ребенка-детский сад «Улыбка» реализуются программы:

- Программа развития и воспитания детей в детском саду «Детство» под ред. В.И.Логиновой, Т.И.Бабаевой;
- Программа «От рождения до школы» под ред. Веракса;
- Программа «Ладушки»;

Парциальные программы:

- Основы безопасности детей дошкольного возраста: Программа дошкольного образования Авдеева Н.Н., Князева О.Л;
- «Я – человек»: Программа социального развития. С.А.Козлова;
- «Я, ты, мы»: Программа социально-эмоционального развития детей от 3-х до 6-ти лет О.Л.Князева, Р.Б.Стеркина;
- «Программа логопедической работы по преодолению фонетико-фонематического недоразвития у детей» Т.Б.Филичева, Г.В.Чиркина;
- «Программа логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи у детей» Т.Б.Филичева, Г.В.Чиркина;
- Рабочая программа «Физическое развитие детей ДООУ». Сычикова Г.А.

Таким образом, перед коллективом ДООУ стоит задача в поиске новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

### **Цель программы:**

Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у родителей, педагогов, воспитанников здорового образа жизни.

### **Задачи:**

1. Организация рационального режима дня, обеспечение суточной продолжительности сна в соответствии с возрастными потребностями;
2. создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима;
3. осуществление оздоровительных и закаливающих мероприятий;
4. полноценное питание;
5. обеспечение благоприятной гигиенической обстановки;
6. создание атмосферы психологического комфорта;
7. обеспечение безопасности детей.

### **Законодательно-нормативное обеспечение программы**

- Закон Свердловской области от 15.07.2013 N 78-ОЗ "Об образовании в Свердловской области" (принят Законодательным Собранием Свердловской области 09.07.2013)
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Закон Свердловской области от 15.07.2013 N 78-ОЗ "Об образовании в Свердловской области" (принят Законодательным Собранием Свердловской области 09.07.2013)

- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

- Программа развития МДОУ на 2016-2020 годы.

- Устав образовательного учреждения.

### **Ожидаемые результаты**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости.

### **Объекты программы**

Дети дошкольного образовательного учреждения. Семьи детей, посещающих образовательное учреждение. Педагогический коллектив образовательного учреждения.

### **Основные принципы программы**

- ❖ Принцип научности — подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- ❖ Принцип активности и сознательности — участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
- ❖ Принцип комплексности и интегративности — решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
- ❖ Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
- ❖ Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **Основные блоки программы**

1. Эколого-валеологические условия в ДОУ.
2. Гигиеническое воспитание детей.
3. Психологический комфорт на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском саду.

4. Оптимальный двигательный режим.
5. Лечебно-профилактическая работа.
6. Закаливание.
7. Работа с родителями.

Для осуществления программы в детском саду созданы определённые условия: физкультурные и тренажерный залы, бассейн, фитобар, стадион, беговые дорожки, места и оборудование для организации закаливающих процедур, участки детского сада оснащены спортивным оборудованием, разработаны рецепты лечебных чаёв из ягод и плодов, составлены конспекты физкультурной, планы лечебно - оздоровительной работы, разработаны циклограммы двигательной активности детей во всех возрастных группах.

Осуществление Программы предусматривает участие в ней всего коллектива детского сада.

## **Раздел 1. Информационный**

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Улыбка» комбинированного вида – это три отдельно стоящих здания, расположенных в 5а микрорайоне дома 15 и 16, и 5 микрорайон дом 42а, МДОУ д/сад «Улыбка» имеет Лицензию №300706 от 14.12.2009г.

Ближайшее окружение: школа №7, детская библиотека, МДОУ детский сад «Ладушки». Участки озеленены, оснащены навесами, спортивными площадками. Режим работы ДОУ с 7-00 до 19-00 часов, выходные суббота и воскресенье.

### **Сведения о контингенте обучающихся**

Учебный год	Количество групп		Кол-во воспитанников	
	ясли	сад	ясли	сад
2013-2014	8	15	125	301
2014-2015	8	15	126	304
2015-2016	7	16	104	346

### **Результативность деятельности ДОУ**

Уровень состояния здоровья детей - высокий по результатам мониторинга качества образования. Коэффициент заболеваемости – 8.

С каждым годом происходит увеличение детей с первой и со второй группой здоровья, уменьшается количество детей с третьей группой здоровья.

В МДОУ детский сад «Улыбка» имеется план мероприятий, повышающий неспецифическую резистентность часто болеющих детей.

Дети периодически осматриваются врачом, родителям даются индивидуальные рекомендации по оздоровлению детей, а также дети направляются на лабораторную диагностику, на консультации к узким специалистам.

Хорошие показатели достигаются благодаря правильно организованной физкультурно-оздоровительной работе, которая строится с учетом состояния здоровья детей.

В ДОУ созданы условия для физического развития детей: разнообразные формы (занятия, гимнастика, гимнастика после сна, индивидуальные занятия, подвижные игры, бассейн, логоритмическая гимнастика).

В «Качканарской снежинке» 2016г. приняли участие 80 детей. Также дети ДОУ принимали участие в спартакиаде среди дошкольных учреждений. В соревнованиях по легкой атлетике дети ДОУ заняли 1 место.

Дети достигают высоких результатов в выполнении движений, совершая их в различном темпе, с разной амплитудой, проявляя значительные скоростно-силовые качества и

выносливость в результате чего дети легче преодолевают трудности. Результат - 1 места в городских соревнованиях среди дошкольников.

В ДОУ созданы условия для физического развития детей. В группах имеется инвентарь и оборудование для физической активности детей, 2 спортивных зала, действующий круглогодично бассейн, на территории детского сада «Улыбка» в зимнее время ежегодно прокладывается лыжня, в летний период созданы условия для организации спортивных игр: футбол, баскетбол т.д. Это позволяет воспитанникам успешно участвовать во всех городских спортивных мероприятиях.

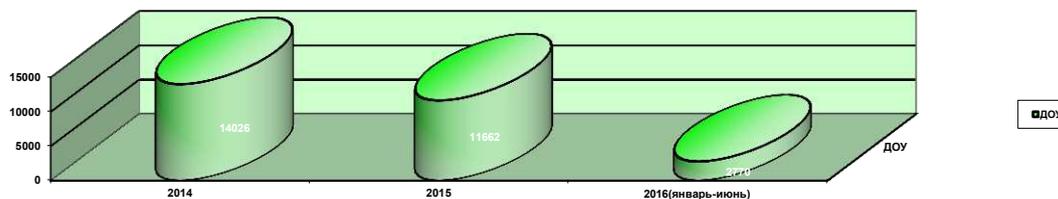
По результатам диагностики - **Физическое развитие:**  
 Высокий – 41%,  
 Средний – 54%.  
 Низкий – 5%

**Раздел 2. Аналитический.**

Состояние здоровья каждого ребенка оценивается комплексно с учетом уровня достигнутого физического и нервно-психического развития, острой заболеваемости, наличия или отсутствия хронических заболеваний, уровня функционального состояния основных систем организма. Учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка, его эмоциональный настрой, формируются подгруппы детей, намечаются пути оздоровления. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце, земля (хождение босиком). Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год; вид и методика, в зависимости от возраста детей, меняются, учитывается постепенность воздействия того или иного природного фактора. Благодаря реализуемой в детском саду системе физкультурно-оздоровительной работы заболеваемость детей с каждым годом снижается, в сравнении с городским показателем заболеваемости детей среди дошкольных учреждений - ниже на 33%.

**Заболеваемость**

Учебный год	Количество пропусков по болезни
2013-2014	14026
2014-2015	11662
2015-2016	2770



Среди заболеваний преобладают острые респираторные инфекции. Случаи инфекционных заболеваний детей бывают частично на группах, случаев инфекционных заболеваний детей и взрослых, приведших к установлению карантина в детском саду, не было.

#### Посещаемость детей

	2014 год	2015 год	2016 год
% посещаемости	73	81	82

Однако еще отмечается большое количество пропусков, не связанных с заболеваемостью.

	Количество пропущенных дней в учебном году 1329/2216								
	2013-2014			2014-2015			2015-2016		
	по болезни	отпуск	другие причины	по болезни	отпуск	другие причины	по болезни	отпуск	другие причины
ясли	5649	2233	-	4300	2138	-	3648	2626	-
сад	3187	2857	-	3175	2957	-	4216	2944	-

Из таблиц видно, что посещаемость ДОО детьми в среднем составляет 78%. Данный показатель стал ниже по сравнению с прошлым годом по причине низкой посещаемости детей в январе из-за сильных морозов.

В 2013-2014 уч. году всего пропусков было 13926, из них по болезни 64% , отпуск -36%

В 2014-2015 уч. год всего пропусков было 12570, из них по болезни 59%, отпуск – 41%,

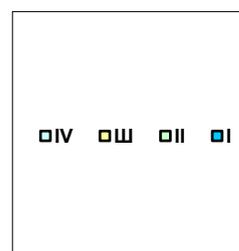
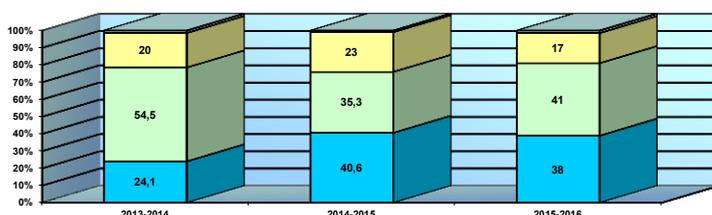
В 2015-2016 уч. году пропусков было 13100, из них по болезни 59%, отпуск – 41%

Таким образом, за последний год количества пропущенных дней по болезни остается на одном уровне.

Необходимо проводить разъяснительную работу с родителями о необходимости посещения ДОО, так как образовательный процесс идет непрерывно.

#### Распределение детей по группам здоровья

Учебный год	1 группа	2 группа	3 группа	4 группа	Всего воспитанников
2013-2014	100 24,1%	225 54,5%	82 20%	6 1,4%	413
2014-2015	175 40,6%	150 35,3%	99 23%	4 0,9%	426
2015-2016	180 38%	192 41%	70 17%	6 1,5%	450



Из таблицы видно, что в 2015-2016 учебном году снизилось количество детей с первой группой и увеличилось количество детей со второй группой.

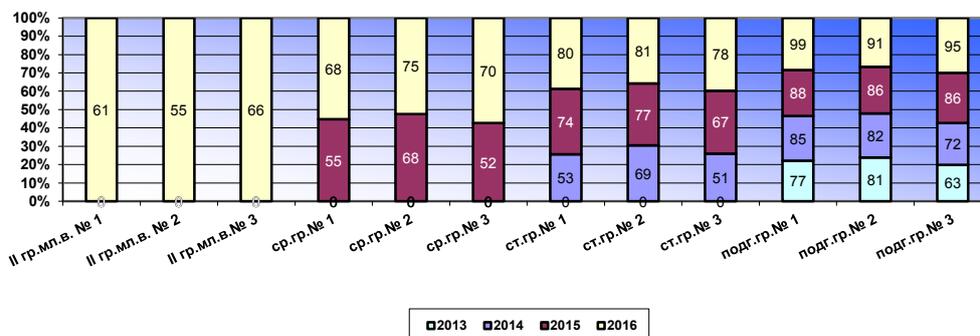
С целью профилактики заболеваний проводятся плановые прививки

Вакцинация	2014 год	2015 год	2016 год
АКДС	99,5%	99,5%	100%
АДС – м	100%	100%	100%
Корь	99%	-	100%
Паротит	99%	-	100%
Корьевая краснуха	99%	98,3%	100%
Гепатит А	398%	-	-
Клещевой энцефалит	61%	94,5%	100%
Грипп	70%	80%	100%
Реакция Манту	100%	100%	100%

Вакцинация детей проводится в соответствии с календарем прививок с уведомления и разрешения родителей. Заполняется медицинская карта форма № 026/У-2000, с отметкой: реакция на прививку. В результате проводимой разъяснительной работы с родителями нам удалось добиться полной вакцинации детей.

### **Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ**

Особое внимание в детском саду уделяется охране и укреплению физического и психического здоровья детей. Инструктор по физической культуре и педагог-психолог осуществляют свою работу с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей. Это характеризуется более высокими показателями психического развития, наибольшим уровнем физического развития и темпами прироста основных показателей физической подготовленности воспитанников. Данные детей с высоким уровнем в динамике каждой группы представлены на диаграмме.



На каждого ребенка заводится информационно-диагностическая карта. При поступлении ребенка в ДОУ педагогами и медиками ДОУ проводится обследование физического развития

детей. Учитывая индивидуальные особенности состояния здоровья ребенка, перенесенных заболеваний, эмоционального настроения намечаются пути оздоровления детей. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце, земля (хождение босиком). Большое внимание медико-педагогический коллектив ДОО уделяет закаливающим процедурам, так как закаливание организма ребенка повышает его устойчивость к воздействию различных неблагоприятных факторов внешней среды. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды. Они проводятся воспитателями групп с постепенным изменением их характера, длительности и дозировки с учетом рекомендаций медсестры. Большую роль в закаливании детей играет бассейн, однако с весны 2005г. он закрыт ввиду аварийного состояния.

Однако еще отмечается большое количество пропусков, не связанных с заболеваемостью.

### **Адаптация детей к ДОО**

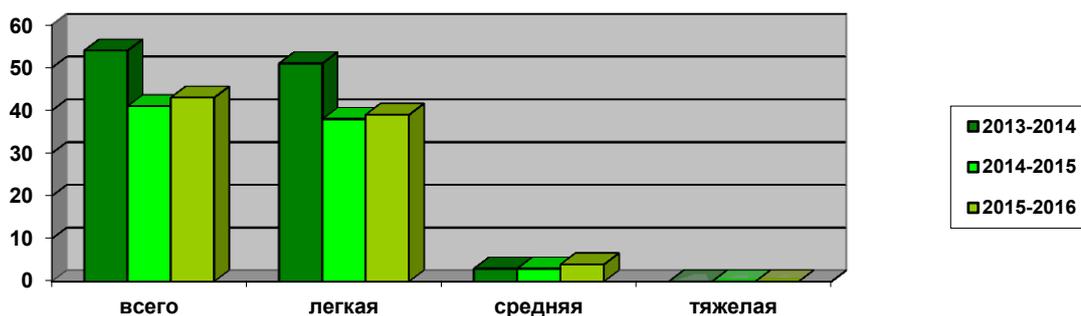
Для обеспечения оптимального течения адаптации и во избежание осложнений в период адаптации в ДОО проводятся следующие мероприятия:

1. первое знакомство с воспитателями и группой во время записи ребенка;
2. работа с родителями вновь поступающих детей (родительские собрания, анкетирование, консультирование);
3. посещение ребенка начинается с кратковременного пребывания им в ДОО совместно с мамой;
4. оформление листков адаптации, оценка уровня нервно-психического развития детей;
5. участие детей раннего возраста во всех мероприятиях ДОО;
6. работа с педагогами, работающими с детьми раннего возраста с целью формирования компетентности педагогов по вопросам развития детей раннего возраста, выработки практических навыков и умений в организации педагогических условий психофизического благополучия детей раннего возраста;
7. переход детей из группы раннего возраста в дошкольные группы с воспитателями, которые работали в группе раннего возраста;
8. сохранение постоянства обстановки в группе и порядка следования разных событий жизни, обозначая переходы от одного события к другому так, чтобы ребенок успевал на него настроиться;
9. обеспечение возможности индивидуального общения с каждым ребенком; не форсируется начало «групповой» жизни.

Четкая профессионально продуманная работа педагогов, медиков, участие родителей и благополучный микроклимат в ДОУ – залог оптимального течения адаптации детей раннего возраста к ДОУ.

### Степень адаптации воспитанников (за 3 предшествующих года)

год	Кол-во детей (от 1,6 – 2 лет)	Показатели степени		
		легкая	средняя	тяжелая
2013-2014	54	51	3	-
2014-2015	41	38	3	-
2015-2016	43	39	4	-



Показатели степени адаптации детей определяются в результате наблюдения:

- эмоционального состояния; - сна; - аппетита; - заболеваемости.

Легкая степень адаптации 15-20 дней, средняя 20-30 дней, тяжелая от 2-6 месяцев.

Из таблицы видно, что вновь поступившие дети легко адаптируются к условиям детского сада.

Таким образом, проведенный анализ позволил сделать следующий вывод, что проводимая работа в ДОУ по сохранению и укреплению здоровья детей достаточно результативна.

**Программа действий ДОУ по сохранению, укреплению и формированию здорового образа жизни у детей на 2015-2016 уч.год**

	Направление	Планируемый результат	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
1	Медицинское и санитарно-гигиеническое обеспечение				
	Организация медицинского и санитарно-гигиенического обеспечения ДОУ	Готовность субъектов образования обеспечивать медицинское и санитарно-гигиеническое направление	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Организация лечебно-профилактической деятельности: массаж, фитотерапия.</li> <li>➤ Медико-правовое и санитарное просвещение, пропаганда здорового образа жизни на темы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Методы оздоровления детей;</li> <li>- пропаганда травматизма и несчастных случаев;</li> <li>- совместная деятельность ДОУ и семьи по формированию ЗОЖ.</li> </ul> </li> <li>➤ Организация скрининг-обследования, медицинских осмотров, диспансеризация прививочной работы детей.</li> <li>➤ Консультирование для педагогов, родителей на темы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместная деятельность участников образовательного процесса по сохранению и укреплению здоровья детей;</li> <li>- основы ЗОЖ;</li> <li>- валеологические требования к организации образовательного процесса ДОУ.</li> </ul> </li> <li>➤ Анализ режима ДОУ, адаптации детей к условиям ДОУ, заболеваемости детей, выполнения противоэпидемических мероприятий, лечебно-оздоровительной деятельности.</li> </ul>	<p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно в соответствии с графиком</p> <p>Ежеквартально</p>	Заведующий, зам.зав.по ВМР медсестры, педагоги, психолог.
2	Психологическое обеспечение				
	Организация психолого-педагогического сопровождения развития детей	Готовность субъектов образования обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение развития детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Психологические занятия с педагогическим коллективом по вопросам психорегуляции в системе профилактической работы профессионального «выгорания» педагогов.</li> <li>➤ Развивающие и коррекционные занятия с детьми.</li> <li>➤ Диагностическая работа.</li> </ul>	<p>Ежеквартально</p> <p>Постоянно</p>	Заведующий, зам.зав.по ВМР, медсестры, педагоги, психолог.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Психологическое просвещение: беседы, лекции в системе родительского всеобуча.</li> <li>➤ Анализ: комфортности (психологического климата) детей и педагогов в ДОУ; адаптация детей к условиям ДОУ; познавательных процессов; режима дня; уровня умственной работоспособности детей; уровень гармоничности в развитии детей (психического и физического); психологической готовности к школе; мотивации к учебной деятельности, к ведению ЗОЖ; психологического обеспечения преемственности ДОУ и ОУ.</li> </ul>	<p>Постоянно</p> <p>Ежемесячно</p> <p>2 раза в год</p>	
3	Методическое обеспечение				
	Организация методического обеспечения образовательного процесса ДОУ	Готовность субъектов образования обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение развития детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Разработка методических материалов для детей дошкольного возраста по содержательным линиям.</li> <li>➤ Совершенствование организационных и методических основ мониторинга валеологического сопровождения образовательного процесса.</li> <li>➤ Коррекция системы критериев эффективности деятельности педагогов по созданию условий для валеологического сопровождения детей.</li> <li>➤ Организация и проведение семинаров «Взаимодействие ДОУ и ОУ по сохранению, укреплению и формированию здоровья детей», дней здоровья совместно с родителями.</li> <li>➤ Подготовить каталог программно-методического обеспечения по всем видам деятельности.</li> <li>➤ Повысить уровень компетентности педагогов по методам проектирования и интеграции содержания образования в разных видах деятельности.</li> </ul>	<p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Ежемесячно</p> <p>Сентябрь</p> <p>Постоянно</p>	Заведующий, Зам.зав.по ВМР, педагоги, психолог.

### Мониторинг состояния здоровья детей

С целью создания оптимальных условий для контроля состояния здоровья и развития детей, эффективности проведения воспитательно-образовательных и оздоровительных мероприятий, необходимости введения коррекции в данный процесс в ДООУ разработан мониторинг. В его основу положены следующие методологические принципы:

1. Комплексный подход к оценке состояния здоровья ребенка, включающий оценку: соматического здоровья и уровня физического развития, нервно-психического здоровья и развития растущего организма, социально-биологический статус.

2. Преемственность оценки показателей здоровья в онтогенезе детей с учетом особенностей каждого возраста.

Основными критериями оценки состояния здоровья детей будут:

- оценка физического развития;
- оценка физической подготовленности;
- оценка физиометрических параметров;
- оценка нервно-психического развития и здоровья;
- группа здоровья;
- заболеваемость.

Результат критериальной оценки и мониторинга будет оформляться графически и в сводных таблицах.

### І блок. Эколого — валеологические условия в ДООУ

#### **1. Организация биологического пространства.**

##### ***Воздушно—тепловой режим***

- достаточная кубатура воздуха: 12 куб. м на 1 ребёнка (при высоте 3 м площадь пола на 1 ребенка 4 кв. м);
- оптимальная температура воздуха: в группе 20\*, в спальне 18-19\*
- выполнение графика сквозного и одностороннего проветривания;
- наличие исправного оборудования и приборов (вытяжные каналы, фрамуги,
- термометры и т.д.).

##### ***Освещение:***

##### **Естественное:**

- ориентация окон на юг, юго-восток;
- площадь застеклённой поверхности 10-12 кв. м для групповой комнаты в 50 кв.м;
- окна прямоугольной формы, простенок над окном 20-30 см.

### **Искусственное:**

- равномерность фронтального освещения;
- нормальный уровень 1200-1800Вт;
- наличие защитной арматуры;
- наличие местного освещения.

### ***Мебель:***

- функциональная необходимость, отсутствие загромождения;
- экологически безопасные материалы,
- соответствие росту детей данной группы и наличие маркировки;
- безопасность эксплуатации (прочность соединений, устойчивость, отсутствие острых деталей и пр.);

### ***Организация условий хранения предметов индивидуального пользования:***

- в умывальной комнате - хранение полотенец, расчёсок;
- в спальней - (при необходимости) хранение пижам;
- в приёмных - индивидуальная одежда, физкультурная форма, обувь.

## **2. Режим жизнедеятельности.**

### ***Неизменность основных компонентов:***

- дневной сон 2-2,5 часа;
- ежедневное пребывание на воздухе (до 3-4 часов в холодное время года, как можно больше - в теплое);
- интервалы между приёмами пищи 3,5-4,5 часа,

### ***Гибкость режима:***

учёт типа ДОУ, сезона, состояния здоровья детей;  
учёт организации различных видов деятельности.

## **3. Организация психосоциального пространства.**

### ***Гибкое зонирование:***

- рациональная, целесообразная расстановка мебели с выделением различных центров детской активности;
- отсутствие строгой функциональной заданности частей помещения;
- «обеспечение возможности выбора детьми места для своей деятельности.

### ***Динамичность:***

- возможность быстрого изменения среды в зависимости от выбора деятельности самостоятельно детьми или с помощью взрослых;

- «наличие многофункционального оборудования.

***Наличие места для отдыха и уединения:***

- расположение (место в стороне от прохода, степень визуальной изоляции);  
оборудование (мягкая мебель, пуфы, любимые книги, мягкие игрушки,
- аквариум и т.д.).

***Цветовое сопровождение:***

- «гармоничный подбор цветов и оттенков в оформлении помещений (по принципу
- цветового сходства или по принципу контраста);
- использование тёплых и светлых тонов.

***Сомасштабность:***

- наличие трёх предметных пространств:  
сомасштабном действиям его рук;  
сомасштабном его росту,  
сомасштабном предметному миру взрослых

***Стиль общения педагога с детьми:***

- выраженная ориентация на личностную модель взаимодействия.

**4. Содержание предметного окружения.**

***Оптимальное количество:***

- соответствие списочному составу (мелкое оборудование);
- обеспечение возможности одновременного выполнения двигательной деятельности подгруппой из 6-8 детей (тренажёры, крупное оборудование).

***Разнообразие:***

- возможность закрепления двигательных навыков в рамках программы;
- наличие стандартного и нестандартного оборудования;
- учёт индивидуальных и половых особенностей детей.

***Целесообразность:***

- соответствие целям и задачам педагогического процесса;
- соответствие возрасту детей.

***Свободный доступ:***

- возможность использования имеющегося оборудования в самостоятельной деятельности;
- выделение доступного места хранения оборудования.

***Сменность оформления и оборудования в соответствии:***

- целям и задачам;

- сезонам;
- событиям и традициям.

#### ***Наличие своеобразного стиля:***

- наличие своеобразных приёмов художественно - образного решения;
- единство цвета, формы, материала.

### **5. Соблюдение санитарно-гигиенических требований.**

#### ***К питанию***

- Знание норм выхода блюд для своей возрастной группы и контроль их соблюдения.
- Соблюдение санитарных правил:
  - мытье рук детьми и взрослыми;
  - сроки реализации готовых блюд.
- Соблюдение режима питания.
- Индивидуальный подход к детям с учетом особенностей аппетита и здоровья.

#### ***К организации сна***

- Проветривание помещения, температурный режим.
- Доступ свежего воздуха.
- Индивидуальный подход с учетом времени засыпания и пробуждения.

#### ***К занятиям***

- Проветривание, влажная уборка.
- Физминутка.
- Глазная гимнастика.
- Мебель (свет с левой стороны).

#### ***К прогулке***

- Одежда по погоде.
- Соблюдение времени пребывания детей на свежем воздухе.
- Смена видов деятельности в зависимости от сезона и индивидуальных особенностей детей.

### **6. Гигиенические условия**

#### ***Воздушно-тепловой режим***

- Соблюдение графика проветривания.
- Соблюдение требований к одежде (в зависимости от температуры окружающего воздуха)

### Влажная уборка

- Проведение влажной уборки по графику няни.
- Мытье игрушек 1 раз в день.

### Строгое соблюдение карантинных мероприятий.

## II блок. Гигиеническое воспитание детей.

### Младший дошкольный возраст

Учим, формируем, организуем

умывание	одевание
<i>Учим детей</i>	
-правильно умываться, (использовать картинки, схемы, фотографии); -замечать грязное лицо и неопрятность в одежде; -пользоваться только личными вещами (щеткой, расческой); -закрывать рот платком, рукой при кашле, чихании	- снимать и складывать одежду в определенном порядке, выворачивать ее; - поддерживать самостоятельность и «Я сам»; - не разбрасывать вещи; - любоваться своим внешним видом; - замечать неполадки в своем внешнем виде.
<b>Навыки культуры еды</b>	<b>Навыки по уходу за полостью рта</b>
- аккуратно пользоваться ложкой; - сохранять правильную осанку; - пользоваться салфеткой; - соблюдать порядок на столе; - говорить «спасибо» после еды; - откликаться на просьбы взрослых; с любовью накрывать на стол.	- говорить с детьми о пользе той или иной пищи, ее влиянии на состояние зубов; - правильно чистить зубы (использовать картинки, схемы); - полоскать полость рта после каждого приема пищи; - есть свежие овощи для укрепления десен.

### Старший дошкольный возраст

Выполняем самостоятельно

Личная гигиена	Навыки поведения за столом
Дети должны уметь	
- владеть способами контроля за соблюдением личной опрятности; - испытывать потребность в умывании (мытьё рук после туалета, прогулки, умение контролировать свою причёску); - девочек (обучение пользованию туалетной бумагой после посещения туалета); - мальчиков (умывать лицо, шею, уши); - полоскать рот после каждого приёма пищи; - чистить зубы 3 раза в день.	- правильно пользоваться столовыми приборами; - правильно и красиво сервировать стол (согласно этикету); - тщательно прожевывать пищу, вести непринужденную беседу при необходимости о полезных продуктах, витаминах); - во время еды следить за осанкой; - правильно и четко называть наименования блюд; - благодарить взрослых и сверстников.
<b>Организация рабочего места</b>	<b>Гардероб в разное время года, мода</b>
- выполнять гигиенические требования ухода за органами чувств (зрения, слуха и осязания); - следить за своим местом (правильно подбирать по росту стол, стул); - находить более удобное и освещенное место для и занятий; - контролировать свое самочувствие.	- испытывать потребность в аккуратности одежды, обуви (при необходимости чистить одежду и обувь специальными щетками); - одеваться и раздеваться в соответствии с погодными условиями; - любоваться фасоном и моделью одежды; - контролировать свое самочувствие, испытывать дискомфорт в одежде (при необходимости сменить ее); - развивать свой собственный стиль.

### **III блок. Психологический комфорт на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском саду.**

#### **I. Соблюдение психологических требований.**

##### **1. Организованное обучение:**

- создание положительного эмоционального настроения на учебную деятельность (игровая мотивация - младший дошкольный возраст учебная мотивация - старший дошкольный возраст);
- учёт индивидуально - личностных особенностей детей (особенности темперамента, формирование характера, уровень развития психических процессов);
- формирование адекватной самооценки;
- психологическое сопровождение учебного процесса через включение в структуру занятия: разминки, психогимнастики, работы над эмоциями, тренинга общения и поведения (в зависимости от содержания занятия).

##### **2. Совместная деятельность:**

- игры на повышение эмоционального состояния;
- социализирующие игры;
- психогимнастика;
- игры с песком и водой;
- социальное экспериментирование;
- музыкальная релаксация;
- индивидуальная работа по арттерапии.

##### **3. Воспитание КГН:**

- создание положительного эмоционального настроения к бытовым процессам умывания, одевания;
- направленность действий на позитивный предвосхищаемый результат;
- учёт индивидуальных особенностей;
- установление взаимоотношений ребёнка со сверстниками во время проведения режимных моментов;
- проявление самостоятельности ребёнком (в соответствии с возрастом).

#### 4. Прогулка:

- социальное экспериментирование;
- развитие техники активного слушания.

### IV блок. Оптимальный двигательный режим

#### ОРГАНИЗОВАННЫЕ ФОРМЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ.

- гимнастики

- утренняя гигиеническая
- артикуляционная
- мозговая
- пальчиковая
- антистрессовая
- эндокринная
- энергетическая
- глагодвигательная
- дыхательная
- засыпательная
- просыпательная

в соответствии с алгоритмом планирования  
системы работы с детьми

- физкультурные занятия

физкультурно-валеологические занятия (1 раз в месяц)

работа в кружке "Корректирующая гимнастика"

подвижные игры] на прогулке

спортивные игры] по сезону

отработка основных движений на прогулке

физкультурные минутки при проведении занятий

физпаузы между занятиями

физпаузы после дневного сна

физкультурные праздники (2 раза в год)

физкультурные досуги (1 раз в 2 месяца)

физкультурно-валеологические развлечения (1 раз в месяц)

двигательная сказкотерапия

парная гимнастика (1 раз в месяц)

поход выходного дня (1 раз в месяц)

## Организация двигательной активности детей в средней группе.

Занятия проводятся в течении года по следующей классификации:

1. Физкультурное в зале.
2. Физкультурное на воздухе.
3. Беседы «Культура здоровья»

Месяц	Недели	Мероприятия
Сентябрь	1	Дать детям понятие, что такое здоровье, что такое болезнь.
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Развлечение «Котята».
Октябрь	1	«Из чего я состою». Чем похож и отличаюсь от животных. Строение тела человека и животного.
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопия.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Развлечение «С Петрушкой».
Ноябрь	1	«Почему мы двигаемся и ходим прямо? Что держит моё тело: скелет, позвоночник, осанка?»
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	День здоровья.
Декабрь	1	Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Дыхательная гимнастика для малышей.
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушение осанки, плоскостопия.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Спортивный праздник «Снежная королева».
Январь	1	«Живой моторчик внутри меня. Что нужно делать, чтобы уберечь сердце от болезней».
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Развлечение «Необитаемый остров».

Февраль	1	Органы чувств. Для чего нам нужен нос, гимнастика для носа.
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Праздник с папами к 23 февраля.
Март	1	«В гостях у Мойдодыра». Предметы личной гигиены».
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Развлечение «Чистота и здоровье».
Апрель	1	«Гигиена ухода за собой. Уход за кожей, волосами, ногтями.
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья».
Май	1	«Лекарство для здоровья. Зелёные помощники человека: фиточай, фитосфера».
	2	Индивидуальная работа с детьми с нарушением осанки, плоскостопием.
	3	Индивидуальная работа с детьми с низким и средним уровнем развития.
	4	Праздник «Весёлые старты».
Июнь, Июль, Август		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Походы в лес, в лесную зону.</li> <li>2. Совместные мероприятия с родителями.</li> <li>3. Обучение спортивным играм (Футбол, в/бол, б/бол).</li> <li>4. Катание на велосипеде.</li> <li>5. Сюжетно- ролевые занятия.</li> <li>6. Самостоятельные занятия.</li> </ol>

## У блок. Лечебно-профилактическая работа

### Профилактика

#### Травматизма

- соблюдение требований по ОТ;
- правильная организация жизни детей в течение дня;
- правильный подбор обуви (удобная, по размеру);
- соответствие оборудования возрасту детей; безопасность, мобильность мебели;
- наличие безопасного физкультурного оборудования (спортивного инвентаря, тренажеров).

#### Переутомления

- создание благоприятной атмосферы в группе и обеспечение психологического комфорта;
- своевременная смена видов деятельности;
- учет индивидуальных особенностей нервной системы детей и оздоровительно-образовательных маршрутов;
- проведение:
  - Физминутки (1,5-2 мин. Во время занятий)
  - Физпаузы (6-8 мин.) между занятиями.

#### Нарушения осанки и плоскостопия

- правильный подбор мебели (в соответствии с ростом детей);
- проведение физминутки (1,5-2 мин.) во время занятий;
- соблюдение позы пишущего ребенка;
- проведение просыпательной гимнастики с включением упражнений на развитие правильной осанки и предупреждения плоскостопия (2 половина дня);
- игры и упражнения со спортивным инвентарем в физкультурных уголках группы.

#### Стоматологических заболеваний

- полоскание рта после каждого приема пищи;
- употребление в пищу твердых овощей и фруктов для укрепления десен (1 половина дня)

#### Зрительных расстройств

- соблюдение требований по ОТ
- гимнастика для глаз (3-5 мин.) во время занятий

#### Немедикаментозная профилактика

- квалифицированное проведение утреннего фильтра;
- соблюдение всех санитарно-гигиенических требований и условий;
- гибкий режим в зависимости от состояния здоровья детей;
- употребление в пищу лука и чеснока;
- фититерапия (полоскание травами);
- употребление в пищу фруктов, витаминизированных напитков.

#### Медикаментозная профилактика

- проведение витаминотерапии по неделе в месяц;
- полоскание горла (по рекомендации врача);
- прием элеутерококка – 4 раза в год;
- прием йодомарина;
- применение оксолиновой мази.

## Закаливание

Закаливание воздухом		Закаливание водой	
Утренний прием на свежем воздухе		Схема закаливания «Топотушки»	
Воздушные ванны в группе - перед сном - после сна - на физкультурных занятиях		Схема закаливания «Солевая дорожка»	
Физкультурные занятия на свежем воздухе		Гигиеническое мытье ног перед сном	
Солнечные ванны в сочетании с босохождением		Полоскание горла водой комнатной температуры (соль, сода, трава)	
Босохождение в группе - перед сном - после сна - на физкультурных занятиях (индивидуально) - на улице летом		Умывание прохладной водой	
Босохождение по ребристым дорожкам или массажным коврикам		Игры с песком и водой	
Оздоровительные прогулки			
Оздоровительная ходьба			
Оздоровительный бег			



# Комплексы дыхательной гимнастики сюжетного типа

## «Прогулка в лес»

### 1. «Вот сосна высокая стоит и ветвями шевелит»

И. П.- основная стойка, руки в стороны

- 1- вдох- руки в стороны
- 2- выдох- наклон туловища вправо
- 3- вдох- в И. П.
- 4- выдох- наклон туловища влево.

### 2. «Вот нагнулась ёлочка

Зелёные иголочки»

И.П.- стойка, ноги врозь, руки вниз.

- 1- вдох- И.П.
- 2- выдох- наклон туловища вперёд
- 3-4- повторить.

### 3. «Стоит Алёша»

Листва зелёна

Тонкий стан

Белый сарафан».

И.П.- стойка ноги врозь, руки вниз.

- 1- вдох- руки через стороны вверх, подняться на носки
- 2- выдох- руки вперёд вниз, опуститься на всю стопу
- 3- 4- повторить.

### 4. «Детки в беретках

С ветки упали

Беретки потеряли»

(жёлуди).

И.П. – узкая стойка, руки за голову

- 1- вдох – исходное положение, подняться на носки ног.
- 2- выдох- круглый присед
- 3-4 – повторить.

### 5. «В колыбельке подвесной

Летом житель спит лесной»

(орех)

И.П. – лёжа на животе, руки вдоль туловища

- 1- вдох – И.П.
  - 2- выдох – сед с прямыми ногами, с наклоном, руки к носкам ног.
- Упражнения повторить по 5-6 раз

## «Мы строим дом»

### **1. «Поднимаем кирпичики»**

И.П.- стойка ноги врозь.

1- вдох - И.П., руки вниз, пальцы врозь.

2- выдох- наклон туловища вперёд, пальцы в кулак - «Ух!».

### **2. «Кладём раствор»**

И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс, локти назад.

1- вдох - И.П.

2-3- выдох- поворот туловища вправо (влево), мах правой (левой) рукой в сторону - назад- вперёд- «Раз».

4- в И. П.

### **3. «Белим потолок»**

И.П.- стойка ноги врозь, руки вниз.

1- вдох - поднять правую руку вверх- назад.

2- выдох – опустить руку вниз.

3- вдох - поднять левую руку вверх – назад.

4- выдох - опустить руку вниз.

### **4. «Наклеиваем потолок»**

И.П. – основная стойка, руки согнуты в локтях на уровне пояса.

1- вдох - И.П.

2- выдох - подняться на носки ног, руки вверх выпрямить.

### **5. «Красим пол»**

И.П. – стоя на коленях, руки согнуты в локтях, кисть в кулак.

1- вдох.

2- Выдох- туловище слегка вперёд, руки вытянуты вперёд, пальцы врозь «Жих!»

Все упражнения повторить 5-6 раз.

## «Пожарные»

### **1. «Лезем по пожарной лестнице вверх»**

И.П. – основная стойка.

1- вдох - руки вверх, пальцы врозь, подняться на носки.

2- выдох - руки вниз, сгибая в локтях, кисть в кулак, опуститься на всю стопу- «Ух!».

### **2. «Направим огнетушитель»**

И.П. – основная стойка.

1- вдох- основная стойка, руки вперёд.

2- выдох- поворот вправо, руки вытянуты вправо, ладони соединены - «Щ-щ!».

3- Поворот влево...

4- Основная стойка.

### **3. «Затушим горящие угольки»**

И.П. – основная стойка.

1- вдох - втянуть живот.

2- выдох- рот трубочкой, направить струю воздуха вперёд, живот выпятить «Ф - ф- ф!».

### **4. «Заглянем в щель» (ищем людей)**

И.П. – сед на пятках.

1- вдох - руки в стороны, сед на пятках.

2- выдох- наклон туловища вперёд, руки с опорой на предплечья - «У-у-у!».

### **5. «Вышли из горящего дома - вздохнём глубже»**

И.П.- основная стойка.

1- вдох - руки через стороны поднять вверх, подняться на носки ног.

2- выдох - руки опустить вниз, стать на сторону- «Ах»

Все упражнения повторить 5-6 раз.

## «На море»

### 1. «Какое море большое»

И.П.- основная стойка.

1- вдох - руки развели в стороны- вверх, поднялись на носки.

2- выдох - руки вниз, опуститься на стопу – «Ах!».

### 2. «Чайки ловят рыбу на воде»

И.П. – стойка ноги врозь

1- вдох- наклон туловища вперёд, руки в стороны.

2- выдох- стойка ноги врозь, руки в низ.

### 3. «Створки раковины закрываются»

И.П. – лёжа на спине, руки вдоль туловища.

1- вдох - лёжа на спине, живот втянут.

2- выдох - сед с прямыми ногами, живот выпятить- «Ш- ш!»

### 4. «Половицы»

И.П. – стойка ноги врозь.

1- вдох- 1 рука вверх, 2-я рука вниз

2- выдох- мах рукой сверху – вперёд - вниз

3- вдох- положение рук поменять.

4- Выдох- мах рукой сверху - вперёд – вниз- «Раз!».

### 5. «Дельфин плывёт»

И.П.- стойка ноги врозь, руки согнуты в локтях.

1- вдох - И.П.

2- выдох - наклониться вперёд, правым локтём коснуться левого согнутого колена.

3- в И.П.

4- левым локтём коснуться правого колена.

Все упражнения повторить 5-6 раз.

## «В зоопарке»

### 1. «Волк»

«Серый, зубастый  
По полю рыщет  
Телят, ягнят ищет».

И.П.- основная стойка, руки согнуты в локтях, ладони у груди.

1-3 – вдох - И.П.

2-4- выдох - поочередно правую- левую руку вперёд, туловище под наклоном слегка вперёд.

### 2. «Олень»

«Он несёт на лбу не зря  
Два развесистых куста».

И.П.- стоя на коленях, руки согнуты в локтях, кисти рук у лба.

1- вдох - И.П.

2-4- выдох - руки вперёд- в стороны.

### 3. «Слон»

«У него огромный нос  
Будто нос лет тыщу рос».

И.П.- сед с прямыми ногами, руки вниз

1-3- вдох - И.П.

2-4- выдох- туловище наклонить вперёд, коснуться руками носков ног.

### 4. «Змея»

«Лежит верёвка  
Шипит плутовка»

И.П.- лёжа на животе, руки под подбородком, ладонь на ладонь.

1-2- вдох - И.П.

3-4- выдох - руки вперёд, звук «Ш-ш-ш!».

### 5. «Крокодил»

«По реке плывёт бревно  
Ох и злющее оно!»

И.П.- лёжа на животе, руки вдоль туловища.

1- вдох - приподнять руки, ноги, голову слегка вверх

2- выдох - в И. П.

Все упражнения повторить 5-6 раз.

## Определение нервно-психического статуса ребенка

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

№ п/п	Область исследования	Критерий	Срок определения	
			осень .... г.	весна .... г.
1	2	3	4	5
1	Стено-невротическая симптоматика	Утомляемость		
		Нарушение аппетита		
		Нарушение сна: — долгое засыпание; — чуткий сон; — снохождение; — трудное пробуждение по утрам		
		Боли в сердце: сердцебиение; перебои; неприятные ощущения в области сердца		
		Головные боли: — беспричинные; — при волнении; — после физической нагрузки; — после посещения УВК		
		Боли в животе, не связанные с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и приемом пищи		
2	Психомоторная нестабильность	Речевые нарушения		
		Тики		
		Навязчивости: — тербит одежду; — тербит волосы; — облизывает губы		
		Вредные привычки: — грызет ногти; — сосет палец		
		Двигательная: — расторможенность; — заторможенность		
		Энурез: — дневной; — ночной		
		Энкопрез		
3	Вегетативные нарушения	Тошнота		
		Укачивание в транспорте		
		Потливость: — общая; - рук; — ног; — постоянная; — когда волнуется		
		Дермографизм: — покраснение лица при волнении; — побледнение лица при волнении		

4	Аффективные симптомы	Настроение: — частая смена; — склонность к пониженному; — плаксивость		
		Повышенная возбудимость		
		Страхи: — ночные; — темноты; — одиночества		
5	Коммуникативные особенности	Поведенческие черты: — тревожность; — мнительность; — неуверенность; — застенчивость; — замкнутость		
		Отношение к детям и взаимоотношения в игре: — обиды; — ссоры		
		Отношения со взрослыми и непонимание границ в общении: — грубость; — нескритичность к себе		
6	Социально-адаптивные функции	Самостоятельно застегивает пуговицы: — никогда; — редко; — иногда; — всегда		
		Самостоятельно завязывает шнурки: — никогда; — редко; — иногда; — всегда		
		Полностью одевается и раздевается самостоятельно: — никогда; — редко; — иногда; — всегда		
7	Психические функции	Память (запоминание стихов, соответствующее возрасту)		
		Усвоение программы		
		Активность: — высокая; — недостаточная; — низкая		
		Дисциплина: — высокая; — недостаточная; — низкая		
		Качество ответов на занятия: — высокое; — недостаточное; — низкое		
		Качество результатов работы на занятии: — высокое; — недостаточное; — низкое		

8	Положение ребенка в семье	Неблагоприятные условия воспитания в семье: — семья полная; — семья неполная; — наличие братьев; — наличие сестер		
		Оставляют ли ребенка на ночь		
		Воспитание в условиях «двойного дома» (конфликты)		
9	Краткий анамнез	Патология беременности и родов у матери		
		Соматическая ослабленность		
		Инфекции, интоксикации, травмы головы (что было, в каком возрасте)		

## Комплексный план оздоровительных мероприятий для детей II младшей группы

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, заведующий, медсестра педагог-психолог	Август – октябрь
	Организованная деятельность с учетом оптимальной нагрузки на ребенка и с возрастными и индивидуальными особенностями	Два занятия в день по 15 мин.	Заведующий Зам.зав.по ВМР медсестра воспитатели	В течение года
	Воздушно-питьевой режим: - проветривание помещений - сон при открытых фрамугах - аэрация помещений - питье кипяченой воды	Ежедневно  2 раза в день	Медсестра, воспитатели мл.воспитатели	В течение года
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно	Воспитатели специалисты	В течение года
	Обеспечение светового режима	Ежедневно	Заведующий завхоз воспитатели	В течение года
	Организация недельных каникул	1 раз в год	Зам.зав.по ВМР воспитатели	Декабрь
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален травами (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медсестра	В течение года
	Рациональное питание	4 раза в день	Медсестра, воспитатели	В течение года
	Подбор мебели для детей с учетом антропометрических данных	2 раза в год	Медсестра, воспитатели	Август, февраль
	Пропаганда здорового образа жизни (занятия ОБЖ, беседы и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия (в специальной физкультурной форме)	2 раза в неделю в зале 1раз – на улице по 15 мин.	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин	Инструктор по физо Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатели, контроль медработника	в течение года
	Прогулки с включением спортивных, подвижных игровых упражнений	2 раза в день 4 час.	Воспитатели	в течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 р. в неделю	Муз. руководитель воспитатели	в течение года

	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 -4 раза в день	Воспитатели	в течение года
	День здоровья	1 раз в месяц	Инструктор по физо ст.воспитатель воспитатели	В течение года
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно 3 часа	Воспитатели	В течение года
3	<b>Профилактика заболеваемости</b>			
	Массаж «9 волшебных точек» и «аурика» по методике А. А. Уманской	3 - 4 раза в день	Воспитали, контроль м/с	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время Утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль м/с	В течение года
	Профилактика гриппа: - элеутерококк  - вакцинация - Оксалиновая мазь  - чесночно-луковые закуски - полоскание горла настоем трав	- 1 раз в день по 1 капле на 1 год жизни - ежегодно ежедневно, 2раза в день перед прогулкой - ежедневно - ежедневно	Медсестра воспитатели	По эпид. показаниям Октябрь - март
	Санация зубов	1 раз в год	Медсестра	По согласованию
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	Младшие воспитатели, контроль м/с	Октябрь - март
	Полоскание солевым раствором	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь - март
	Витаминизация «Ревит», «Поливит»	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
	Питье настойки шиповника, напиток «Золотой шар»	По 1 разу в день в 10-00 3 раза в неделю	Медсестра	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Профилактические прививки	По плану	Медсестра	По календарю Свердловской области, утвержденному Приказом МЗ СО и ФГУ ЦГСЭН в СО № 524-П и № 01/1-274 от 30.11.2001г.

	Осмотр узкими специалистами	1 раз в год	Медсестра	По графику
	Обследование детей на я/глист	1 раз в год	Медсестра	Октябрь
	Осмотр детей на педикулез	еженедельно	Медсестра	В течение года
	Профилактика иододефицитных заболеваний с использованием йодированных соли и хлеба	ежедневно	Медсестра, повара, воспитатели	В течение года
4	<b>Закаливание, с учетом здоровья ребенка</b>			
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Воздушные и солнечные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
	Закаливание «Топотушки»	Ежедневно после обеда	Воспитатели	В течение года

## Комплексный план оздоровительных мероприятий для детей средней группы

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, заведующий, медсестра педагог-психолог	Август – октябрь
	Организованная деятельность с учетом оптимальной нагрузки на ребенка и с возрастными и индивидуальными особенностями	Два занятия в день по 20 мин.	Заведующий Зам.зав.по ВМР медсестра воспитатели	В течение года
	Воздушно-питьевой режим: - проветривание помещений - сон при открытых фрамугах - аэрация помещений - питье кипяченой воды	Ежедневно  2 раза в день	Медсестра воспитатели мл.воспитатели	В течение года
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно	Воспитатели специалисты	В течение года
	Обеспечение светового режима	Ежедневно	Заведующий завхоз воспитатели	В течение года
	Организация недельных каникул	1 раз в год	Зам.зав.по ВМР воспитатели	Декабрь
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален травами (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медсестра	В течение года
	Рациональное питание	4 раза в день	Медсестра воспитатели	В течение года
	Подбор мебели для детей с учетом антропометрических данных	2 раза в год	Медсестра воспитатели	Август, февраль
	Пропаганда здорового образа жизни (занятия ОБЖ, беседы и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия (в специальной физкультурной форме)	2 раза в неделю в зале 1раз – на улице по 20 мин.	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 мин	Инструктор по физо Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатели, контроль медработника	в течение года
	Прогулки с включением спортивных, подвижных игровых упражнений	2 раза в день 4 час.	Воспитатели	в течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 р. в неделю	Муз. руководитель воспитатели	в течение года

	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 -4 раза в день	Воспитатели	в течение года
	День здоровья	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	В течение года
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно 3 часа	Воспитатели	В течение года
3	<b>Профилактика заболеваемости</b>			
	Массаж «9 волшебных точек» и «аурика» по методике А. А. Уманской	3 - 4 раза в день	Воспитатели, контроль м/с	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время Утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль м/с	В течение года
	Профилактика гриппа: - элеутерококк  - вакцинация - Оксалиновая мазь  - чесночно-луковые закуски - полоскание горла настоем трав	- 1 раз в день по 1 капле на 1 год жизни - ежегодно ежедневно, 2раза в день перед прогулкой - ежедневно - ежедневно	Медсестра воспитатели	По эпид. показаниям Октябрь - март
	Санация зубов	1 раз в год	Медсестра	По согласованию
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	Младшие воспитатели, контроль м/с	Октябрь - март
	Полоскание солевым раствором	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь - март
	Витаминизация «Ревит», «Поливит»	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
	Питье настойки шиповника, напиток «Золотой шар»	По 1 разу в день в 10-00 3 раза в неделю	Медсестра	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Профилактические прививки	По плану	Медсестра	По календарю Свердловской области, утвержденному Приказом МЗ СО и ФГУ ЦГСЭН в СО № 524-П и № 01/1-274 от 30.11.2001г.
	Осмотр узкими специалистами	1 раз в год	Медсестра	По графику

	Обследование детей на я/глист	1 раз в год	Медсестра	Октябрь
	Осмотр детей на педикулез	еженедельно	Медсестра	В течение года
	Профилактика иододефицитных заболеваний с использованием йодированных соли и хлеба	ежедневно	Медсестра, повара, воспитатели	В течение года
4	<b>Закаливание, с учетом здоровья ребенка</b>			
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Воздушные и солнечные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
	Закаливание «Топотушки»	Ежедневно после обеда	Воспитатели	В течение года

## Комплексный план оздоровительных мероприятий для детей старшей группы

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, заведующий, медсестра педагог-психолог	Август – октябрь
	Организованная деятельность с учетом оптимальной нагрузки на ребенка и с возрастными и индивидуальными особенностями	Два занятия в день по 25 мин.	Заведующий Зам.зав.по ВМР медсестра воспитатели	В течение года
	Воздушно-питьевой режим: - проветривание помещений - сон при открытых фрамугах - аэрация помещений - питье кипяченой воды	Ежедневно  2 раза в день	Медсестра воспитатели мл.воспитатели	В течение года
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно	Воспитатели специалисты	В течение года
	Обеспечение светового режима	Ежедневно	Заведующий завхоз воспитатели	В течение года
	Организация недельных каникул	1 раз в год	Зам.зав.по ВМР воспитатели	Декабрь
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален травами (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медсестра	В течение года
	Рациональное питание	4 раза в день	Медсестра воспитатели	В течение года
	Подбор мебели для детей с учетом антропометрических данных	2 раза в год	Медсестра воспитатели	Август, февраль
	Пропаганда здорового образа жизни (занятия ОБЖ, беседы и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия (в специальной физкультурной форме)	2 раза в неделю в зале 1раз – на улице по 25 мин.	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10 мин	Инструктор по физо Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатели, контроль медработника	в течение года
	Прогулки с включением спортивных, подвижных игровых упражнений	2 раза в день 4 час.	Воспитатели	в течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 р. в неделю	Муз. руководитель воспитатели	в течение года

	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 -4 раза в день	Воспитатели	в течение года
	День здоровья	1 раз в месяц	Инструктор по физо ст.воспитатель воспитатели	В течение года
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно 3 часа	Воспитатели	В течение года
	Туристические походы	1 раз в месяц	Воспитатели медсестра	Июнь - август
3	<b>Профилактика заболеваемости</b>			
	Массаж «9 волшебных точек» и «аурика» по методике А. А. Уманской	3 - 4 раза в день	Воспитали, контроль м/с	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время Утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль м/с	В течение года
	Профилактика гриппа: - элеутерококк  - вакцинация - Оксалиновая мазь  - чесночно-луковые закуски - полоскание горла настоем трав	- 1 раз в день по 1 капле на 1 год жизни - ежегодно ежедневно, 2раза в день перед прогулкой - ежедневно - ежедневно	Медсестра воспитатели	По эпид. показаниям Октябрь - март
	Санация зубов	1 раз в год	Медсестра	По согласованию
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	Младшие воспитатели, контроль м/с	Октябрь - март
	Полоскание солевым раствором	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь - март
	Витаминизация «Ревит», «Поливит»	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
	Питье настойки шиповника, напиток «Золотой шар»	По 1 разу в день в 10-00 3 раза в неделю	Медсестра	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Профилактические прививки	По плану	Медсестра	По календарю Свердловской области, утвержденному Приказом МЗ СО и ФГУ ЦГСЭН в СО № 524-П и № 01/1-274 от

				30.11.2001г.
	Осмотр узкими специалистами	1 раз в год	Медсестра	По графику
	Обследование детей на я/глист	1 раз в год	Медсестра	Октябрь
	Осмотр детей на педикулез	еженедельно	Медсестра	В течение года
	Профилактика иододифицитных заболеваний с использованием иодированных соли и хлеба	ежедневно	Медсестра, воспитатели	В течение года
4	<b>Закаливание, с учетом здоровья ребенка</b>			
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Воздушные и солнечные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
	Закаливание «Топотушки»	Ежедневно после обеда	Воспитатели	В течение года

## Комплексный план оздоровительных мероприятий для детей подготовительной группы №1

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, заведующий, медсестра педагог-психолог	Август – октябрь
	Организованная деятельность с учетом оптимальной нагрузки на ребенка и с возрастными и индивидуальными особенностями	Два занятия в день по 30 мин.	Заведующий Зам.зав.по ВМР медсестра воспитатели	В течение года
	Воздушно-питьевой режим: - проветривание помещений - сон при открытых фрамугах - аэрация помещений - питье кипяченой воды	Ежедневно  2 раза в день	Медсестра воспитатели мл.воспитатели	В течение года
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно	Воспитатели специалисты	В течение года
	Обеспечение светового режима	Ежедневно	Заведующий завхоз воспитатели	В течение года
	Организация недельных каникул	1 раз в год	Зам.зав.по ВМР воспитатели	Декабрь
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален травами (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медсестра	В течение года
	Рациональное питание	4 раза в день	Медсестра воспитатели	В течение года
	Подбор мебели для детей с учетом антропометрических данных	2 раза в год	Медсестра воспитатели	Август, февраль
	Пропаганда здорового образа жизни (занятия ОБЖ, беседы и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия (в специальной физкультурной форме)	2 раза в неделю в зале 1раз – на улице по 30 мин.	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 мин	Инструктор по физо Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатели, контроль медработника	в течение года
	Прогулки с включением спортивных, подвижных игровых упражнений	2 раза в день 4 час.	Воспитатели	в течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 р. в неделю	Муз. руководитель воспитатели	в течение года

	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 -4 раза в день	Воспитатели	в течение года
	День здоровья	1 раз в месяц	Инструктор по физо ст.воспитатель воспитатели	В течение года
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно 3 часа	Воспитатели	В течение года
	Туристические походы	1 раз в месяц	Воспитатели медсестра	Июнь - август
3	<b>Профилактика заболеваемости</b>			
	Массаж «9 волшебных точек» и «аурика» по методике А. А. Уманской	3 - 4 раза в день	Воспитатели, контроль м/с	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время Утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль м/с	В течение года
	Профилактика гриппа: - элеутерококк  - вакцинация - Оксалиновая мазь  - чесночно-луковые закуски - полоскание горла настоем трав	- 1 раз в день по 1 капле на 1 год жизни - ежегодно ежедневно, 2раза в день перед прогулкой - ежедневно - ежедневно	Медсестра воспитатели	По эпид. показаниям Октябрь - март
	Санация зубов	1 раз в год	Медсестра	По согласованию
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	Младшие воспитатели, контроль м/с	Октябрь - март
	Полоскание солевым раствором	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь - март
	Витаминизация «Ревит», «Поливит»	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
	Питье настойки шиповника, напитка «Золотой шар»	По 1 разу в день в 10-00 3 раза в неделю	Медсестра	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Профилактические прививки	По плану	Медсестра	По календарю Свердловской области, утвержденному Приказом МЗ СО и ФГУ ЦГСЭН в СО № 524-П и № 01/1-274 от

				30.11.2001г.
	Обследование детей на ОСПОН	1 раз в год	Медсестра	Февраль - март
	Обследование детей на я/глист	1 раз в год	Медсестра	Октябрь
	Осмотр детей на педикулез	еженедельно	Медсестра	В течение года
	Профилактика иододефицитных заболеваний с использованием йодированных соли и хлеба	ежедневно	Медсестра, воспитатели	В течение года
4	<b>Закаливание, с учетом здоровья ребенка</b>			
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Воздушные и солнечные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
	Закаливание «Топотушки»	Ежедневно после обеда	Воспитатели	В течение года

## Комплексный план оздоровительных мероприятий для детей логопедической группы

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, заведующий, медсестра педагог-психолог	Август – октябрь
	Организованная деятельность с учетом оптимальной нагрузки на ребенка и с возрастными и индивидуальными особенностями	Два занятия в день по 30 мин.	Заведующий Зам.зав.по ВМР медсестра воспитатели	В течение года
	Воздушно-питьевой режим: - проветривание помещений - сон при открытых фрамугах - аэрация помещений - питье кипяченой воды	Ежедневно  2 раза в день	Медсестра воспитатели мл.воспитатели	В течение года
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно	Воспитатели специалисты	В течение года
	Обеспечение светового режима	Ежедневно	Заведующий завхоз воспитатели	В течение года
	Организация недельных каникул	1 раз в год	Зам.зав.по ВМР воспитатели	Декабрь
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален травами (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медсестра	В течение года
	Рациональное питание	4 раза в день	Медсестра воспитатели	В течение года
	Подбор мебели для детей с учетом антропометрических данных	2 раза в год	Медсестра воспитатели	Август, февраль
	Пропаганда здорового образа жизни (занятия ОБЖ, беседы и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия (в специальной физкультурной форме)	2 раза в неделю в зале 1раз – на улице по 30 мин.	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 мин	Инструктор по физо Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатели, контроль медработника	в течение года
	Прогулки с включением спортивных, подвижных игровых упражнений	2 раза в день 4 час.	Воспитатели	в течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 р. в неделю	Муз. руководитель воспитатели	в течение года

	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	в течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 -4 раза в день	Воспитатели	в течение года
	День здоровья	1 раз в месяц	Инструктор по физо воспитатели	В течение года
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно 3 часа	Воспитатели	В течение года
	Туристические походы	1 раз в месяц	Воспитатели медсестра	Июнь - август
3	<b>Профилактика заболеваемости</b>			
	Массаж «9 волшебных точек» и «аурика» по методике А. А. Уманской	3 - 4 раза в день	Воспитатели, контроль м/с	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время Утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль м/с	В течение года
	Профилактика гриппа: - элеутерококк  - вакцинация - Оксалиновая мазь  - чесночно-луковые закуски - полоскание горла настоем трав	- 1 раз в день по 1 капле на 1 год жизни - ежегодно ежедневно, 2раза в день перед прогулкой - ежедневно - ежедневно	Медсестра воспитатели	По эпид. показаниям Октябрь - март
	Санация зубов	1 раз в год	Медсестра	По согласованию
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	Младшие воспитатели, контроль м/с	Октябрь - март
	Полоскание солевым раствором	После дневного сна по 2 недели с 2 недельным перерывом	Медсестра, воспитатель	Ноябрь - март
	Витаминизация «Ревит», «Поливит»	По 1 разу в течение 10 дней	Медсестра	Декабрь - февраль
	Питье настойки шиповника, напитка «Золотой шар»	По 1 разу в день в 10-00 3 раза в неделю	Медсестра	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Профилактические прививки	По плану	Медсестра	По календарю Свердловской области, утвержденному Приказом МЗ СО и ФГУ ЦГСЭН в СО № 524-П и № 01/1-274 от 30.11.2001г.

	Обследование детей на ОСПОН	1 раз в год	Медсестра	Февраль - март
	Обследование детей на я/глист	1 раз в год	Медсестра	Октябрь
	Осмотр детей на педикулез	еженедельно	Медсестра	В течение года
	Профилактика иододефицитных заболеваний с использованием йодированных соли и хлеба	ежедневно	Медсестра, воспитатели	В течение года
4	<b>Закаливание, с учетом здоровья ребенка</b>			
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Воздушные и солнечные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
	Закаливание «Топотушки»	Ежедневно после обеда	Воспитатели	В течение года

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576020

Владелец Лещёва Анастасия Александровна

Действителен с 30.04.2021 по 30.04.2022