

Система оздоровительных мероприятий

Профилактическая работа		
Какая работа проводится	Сроки проведения	Ответственный
<i>Профилактика ОРЗ, гриппа</i>		
Соблюдение санэпидрежима: замачивание посуды, проветривание, влажная уборка с дезсредствами	Постоянно, в течение дня	Медсестра (пол-ка №13) и помощники воспитателя
Организация двигательного режима	Постоянно, в течение дня	Старший воспитатель, воспитатели групп
<i>Профилактика плоскостопия и сколиоза</i>		
Комплекс упражнений в утренней гимнастике	Постоянно, в соответствии с режимом двигательной активности	Воспитатели групп, медсестра, инструктор по Ф К, музыкальный руководитель.

Закаливание		
Вид закаливания	Сроки проведения	Ответственный
<i>Воздушное</i>		
Воздушные ванны	Ежедневно	Воспитатели групп
Сон с доступом свежего воздуха	В соответствии с погодными условиями	Воспитатели групп
Воздушные ванны с упражнениями	Ежедневно	Воспитатели групп
Прием на свежем воздухе и гимнастика	Ежедневно (в соответствии с погодными условиями)	Воспитатели групп
<i>Водное</i>		
Умывание прохладной водой	Ежедневно	Воспитатели групп, медсестра (пол-ка №13)
<i>Солнечное</i>		
Солнечные ванны	В соответствии с погодными условиями	Воспитатели групп, медсестра (пол-ка №13)

Закаливание строится на принципах:

- систематичности – применением процедур ежедневно.
- постепенность – постепенное увеличение раздражающего воздействия.
- индивидуально-дифференцированный подход – учет возраста, группы здоровья