

ПРОГРАММА : "Здоровье"

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей

№ пп	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, старшая медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы		медработник	В течение года
2	Организация двигательного режима				
	Физкультурные занятия	с 1 по 6	2 раза в неделю и 1 занятие на воздухе	Инструктор по физическому воспитанию	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	со 2 по 6	Ежедневно	Воспитатели, инструктор физ.восп.	В течении года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течении года
	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный работник, воспитатели	В течении года
	Спортивный досуг	2,3,4,5,6		Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели	В течении года
	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели, логопед	В течении года
	Занятия плаванием в бассейне	с 3 по 6	2 раза в неделю для каждой возрастной группы	Инструктор по плаванию, медработник	В течении года
	Оздоровительный бег	средняя, старшая, подготовительная	Ежедневно во время прогулок	Воспитатели	С мая по ноябрь на улице, с ноября по май в помещении
3	Профилактика заболеваемости				
	Соляная шахта	с 1 по 6	по назначению врача	старшая медсестра, инстр.плавания	В течении года

	Дыхательная гимнастика в игровой форме	все группы	2 раза в день, утром и после сна	воспитатели, контроль медработника	В течении года
	Релаксационные упражнения	все группы	ежедневно	воспитатели	в течении года
	Антиструмин	средняя, старшая, подготовительная	1 раз в неделю	медработник,	С октября по май
	Гельментизация	все группы	2 раза в год	медработник	весна, осень
	Профилактика гриппа-дизентерии	все группы с согласия родителей	ежедневно, через 2 часа после завтрака, 1 месяц	медработник	ноябрь-декабрь
	Оксалиновая мазь	Все группы	ежедневно ,2 раза в день перед прогулкой	медработник	ноябрь-декабрь, март-апрель
4	Оздоровление фитонцидами				
	Чесочно-луковые закуски	с 1 по 6	перед обедом	старшая медсестра, воспитатели	
	Ионизация воздуха	ясли, 1 младшая, 2 младшая	ежедневно, 2 раза в день	медработник, воспитатели	В течение года
5	Закаливание, с учетом состояния здоровья детей				
	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	все группы	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Прогулки на воздухе	все группы	ежедневно	воспитатели	В течении года
	Ходжение босиком по траве	с 1 по 6	ежедневно	воспитатели	июнь, июль
	Ходжение босиком по "дорожке здоровья"	с 1 по 6	ежедневно после дневного сна	воспитатели	В течении года
	Рижский метод	3,4,5,6	ежедневно после дневного сна	воспитатели, младшие воспитатели	В течении года
	Игры с водой	с 1 по 6	во время прогулок, во время занятий	воспитатели	июнь-август
	Полоскание горла кипяченной охлажденной водой	со 2 по 6	2 раза в день, после завтрака и после полдника	воспитатели, младшие воспитатели	В течении года
6	Лечебно-оздоровительная работа				
	Противовоспалительными травами (шалфей, эвкалипт, ромашка)	со 2 по 6	утром	медработник	октябрь-май
	Витаминотерапия				
	"Ревит", поливит	с1 по 6	по 1 разу в течение 10 дней каждый месяц	медработник	В течении года

	Настойка шиповника	с 1 по 6	по 1 разу в день в 10.00 ,3 раза в неделю	медработник	октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминизация третьего блюда	все группы	ежедневно	старшая медсестра	В течение года
	Физиопроцедуры				
	Тепловые прогревая лампой "Солюкс"	ЧБД	по назначению врача, 1 раз в день перед обедом	медработник	В течение года
	Ингаляции "Ромашка"	ЧБД	по назначению врача, 1 раз в день перед обедом	медработник	В течении года
	Тубусный кварц	ЧБД	по назначению врача, 1 раз в день от 5 до 7 дней	медработник	В течении года
	Общий кварц	ЧБД	от 15 до 30 дней 1 раз в день	медработник	сезонно-осень,зима
	Природные адаптогены				
	Элеутерококк	с 1 по 6	ежедневно после завтрака	медработник	октябрь-апрель
8	Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушение осанки				
	Корригирующая гимнастика	старшая и подготовительная группа	2 раза в неделю по 30 минут после дневного сна	медработник, инструктор физ. Воспитания	В течение года
	Фитотерапия. Кислородный коктейль	все группы	до обеда за 20 минут 1 месяц	медработник	3-4 раза в год

Заведующая ДОУ

С.М.Пестерева