

Утверждена
17 мая 2012 года
заведующей
МКДОУ Детский сад
«Солнышко» Лепехиной В.В.



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКИЙ САД «СОЛНЫШКО»
СЕЛО СОБОЛЕВО КАМЧАТСКОГО КРАЯ
НА 2012-2017 УЧЕБНЫЙ ГОД

РАЗРАБОТЧИК ПРОГРАММЫ:
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ЗАВЕДУЮЩЕЙ МКДОУ ДЕТСКИЙ САД
«СОЛНЫШКО»
ТИМОШЕНКО НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА

СЕЛО СОБОЛЕВО
2012 ГОД

Содержание

Введение

I. Пояснительная записка

1. Цель программы «Здоровье»
2. Ожидаемые результаты
3. Объекты программы
4. Основные принципы программы
5. Основные направления программы

II. Содержание программы

1. Обеспечение реализации основных направлений программы
2. Здоровьесберегающие педагогические технологии в МКДОУ Детский сад «Солнышко»
 - 2.1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья, обучение здоровому образу жизни.
 - 2.2. Коррекционные технологии.

III. План лечебно-профилактических оздоровительных мероприятий.

IV. Модель работы воспитателя с родителями.

Введение

Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей путем совершенствования службы здравоохранения, должна приносить ощутимые результаты.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

В то же время в нашем обществе вопросами профилактики заболеваний путем выработки здоровых навыков поведения в семье, школе, детском саду по-настоящему никто не занимался. Вся работа по валеологии (наука и сфера человеческой деятельности, изучающая возможности наилучшей адаптации человека к условиям окружающей среды путем ведения здорового образа жизни) проводилась всегдаспонтанно, поэтому внедрение здорового образа жизни ведется и сейчас медленно и неэффективно.

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Кроме того, нужно постоянно думать о том, что сейчас идеально здоровых детей немного. Не следует так же забывать, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Проблема оздоровления детей не компания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период. Программа «Здоровье» рассчитана на 5 лет.

I. Пояснительная записка

1. Цель программы «Здоровье»

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

2. 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.

3. Объекты программы

1. Дети МДОУ
2. Семьи детей, посещающих МКДОУ

4. Основные принципы программы

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

5. Основные направления программы

Профилактическое

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации.
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
4. Предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики.

Организационные

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
3. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.
4. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей.

II. Содержание программы

1. Обеспечение реализации основных направлений программы

<i>Техническое обеспечение</i>	
1.	Оборудование: - спортивное (малые тренажеры, мячи, сухой бассейн, обручи, гимнастические палки, обручи, скакалки, ребристые доски и др.)
2.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение техники безопасности при организации учебного процесса и свободного времени)
<i>Организационно- методическое и психолого-педагогическое обеспечение</i>	
1.	Разработка программы оздоровления, осуществление контроля за проведением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.
2.	Введение в режим дня и во время проведения занятий специальных моментов, предотвращающих нервно-психическую перегрузку детей (гимнастика, релаксация, смена видов деятельности). Введение каникул, введение дней радости.
3.	Изучение и внедрение эффективных здоровьесберегающих технологий и методик
4.	Определение структуры, выработка критериев, уровней и методик диагностики валеологической культуры детей по возрастным группам.
5.	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей.
6.	Введение специальных занятий по ОБЖ.
7.	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно-гигиенические условия)
8.	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (наглядные, коллективные и индивидуальные формы работы).
9.	Участие в семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.

2. Здоровьесберегающие педагогические технологии в МКДОУ Детский сад «Солнышко»

2.1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья, обучение здоровому образу жизни

№	Формы и методы	Содержание	Группы
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим в адаптационный период	Группа раннего возраста
		Разработка гибкого режима дня, который позволял бы учитывать изменения в состоянии здоровья детей в зависимости от времени года, метеоусловий	Группы раннего возраста
2.	Физические упражнения	Утренняя гимнастика	Все
		Физкультурно-оздоровительные занятия	
		Подвижные динамические игры	
		Корректирующая гимнастика (осанка, плоскостопие)	
		Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз	Группы дошкольного возраста
		Спортивные игры, занятия в спортивных секциях	Группа старшего дошкольного возраста
		Оздоровительный бег на улице	
		Пешие прогулки	Старший дошкольный возраст
		Утренний прием, утренняя гимнастика на свежем воздухе в летний период	
		Турпоходы, выходы и выезды в природную среду	Старший дошкольный возраст
Пальчиковая гимнастика	Все		
3.	Гигиенические и водные процедуры	Умывание, мытье рук, игры с водой	Все
4.	Свето-воздушные ванны	Проветривание помещений (в том числе сквозное)	Все
		Сон при открытых фрамугах	

		Прогулки на свежем воздухе	
		Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	
		Солнечные ванны (в летний период при жаркой погоде)	
5.	Активный отдых	Развлечения, праздники, игры-забавы, Дни здоровья, каникулы	Все
6.	Музыкальная терапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов	Все
		Музыкальное оформление фона занятий	
		Обливание рук холодной водой	Группы дошкольного возраста
		Босоножье	
8.	Витаминизация, иммунопрофилактика	Соки, свежие фрукты, травяные настои, витамины.	Все
9.	Пропаганда ЗОЖ	Занятия по ОБЖ	Группы дошкольного возраста
		Просвещение родителей, совместные мероприятия	

2.2. Коррекционные технологии

№	Формы и методы работы	Содержание	Возраст детей
1.	Арт- терапия	Оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, ИЗО)	Старший дошкольный возраст
2.	Технология музыкального воздействия	Слушание спокойной классической музыки (П.И.Чайковский, С.В.Рахманинов), звуки природы	Старший дошкольный возраст
3.	Сказкотерапия	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется как единый двигательный комплекс	Средний, старший дошкольный возраст
4.	Аутотренинг и психогимнастика	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы	Старший дошкольный возраст
		Игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний	
		Коррекция поведения	
5.	Артикуляционная гимнастика	Комплекс упражнений для развития мышц артикуляционного аппарата	Дошкольный возраст

3. План лечебно-профилактических оздоровительных мероприятий

Группа раннего возраста Сентябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака(сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

-оксолиновая мазь 2 раза в день		
---------------------------------	--	--

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц) -зеленые салаты 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-осмотр врачом- педиатром (4 раза в месяц)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

**Первая младшая группа
Сентябрь**

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака(сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

--	--	--

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второгозавтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты 	<ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

**Вторая младшая группа
Сентябрь**

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второгозавтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты 	<ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p>

Средняя группа Сентябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

--	--	--

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой</p> <p>комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой</p> <p>комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

неделю в течение года

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго завтрака (сок)- витаминизация через день (фрукты)-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)-оксолиновая мазь 2 раза в день	<ul style="list-style-type: none">-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры-дыхательная гимнастика в игровой форме-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе- целевая прогулка 1 раз в месяц

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго завтрака (сок)- витаминизация через день (фрукты)-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)-оксолиновая мазь 2 раза в день	<ul style="list-style-type: none">-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры-дыхательная гимнастика в игровой форме-оздоровительный бег на улице 2 раза в	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе- целевая прогулка 1 раз в месяц

неделю в течение года

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго завтрака (сок)- витаминизация через день (фрукты)	<ul style="list-style-type: none">-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры-дыхательная гимнастика в игровой форме-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе- целевая прогулка 1 раз в месяц

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго завтрака (сок)- витаминизация через день (фрукты)-зеленые салаты	<ul style="list-style-type: none">-утренний прием на свежем воздухе-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-сон при открытых фрамугах-солнечные ванны-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры-дыхательная гимнастика в игровой форме-оздоровительный бег на	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе- целевая прогулка 1 раз в месяц

	улице 2 раза в неделю в течение года	
--	--------------------------------------	--

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-зеленые салаты</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p>	<p>-утренний прием на свежем воздухе</p> <p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-сон при открытых фрамугах</p> <p>-солнечные ванны</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз</p>

- витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты	игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	в месяц
--	---	---------

Старшая группа Сентябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

	на улице 2 раза в неделю в течение года	
--	---	--

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p>

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<p>-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима</p> <p>-поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель</p> <p>- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы</p> <p>-организация второго завтрака (сок)</p> <p>- витаминизация через день (фрукты)</p> <p>-оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)</p> <p>-оксолиновая мазь 2 раза в день</p>	<p>-обливание холодной водой кистей рук до локтя</p> <p>-хождение босиком по ребристой доске</p> <p>-воздушные процедуры после дневного сна</p> <p>-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры</p> <p>-дыхательная гимнастика в игровой форме</p> <p>-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года</p>	<p>-утренняя гимнастика</p> <p>-прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения</p> <p>-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)</p> <p>-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе</p> <p>- целевая прогулка 1 раз в месяц</p> <p>-экскурсия</p>

--	--	--

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз

чеснок, лук в пищу)	-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	в месяц
---------------------	--	---------

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

-оксолиновая мазь 2 раза в день	на улице 2 раза в неделю в течение года	
---------------------------------	---	--

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты 	<ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия

улице 2 раза в неделю в течение года

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго завтрака (сок)- витаминизация через день (фрукты)-зеленые салаты	<ul style="list-style-type: none">-утренний прием на свежем воздухе-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-сон при открытых фрамугах-солнечные ванны-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры-дыхательная гимнастика в игровой форме-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе- целевая прогулка 1 раз в месяц

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none">-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима-поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель- релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы-организация второго	<ul style="list-style-type: none">-утренний прием на свежем воздухе-обливание холодной водой кистей рук до локтя-хождение босиком по ребристой доске-воздушные процедуры после дневного сна-сон при открытых фрамугах-солнечные ванны-полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры	<ul style="list-style-type: none">-утренняя гимнастика- прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения-сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут)-соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе

завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты	-дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	- целевая прогулка 1 раз в месяц
--	---	----------------------------------

**Подготовительная к школе группа
Сентябрь**

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия

Октябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда

- витаминизация через день (фрукты)	-оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц
-------------------------------------	--	--

Ноябрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Декабрь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день 	<ul style="list-style-type: none"> -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима,

(фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день	-дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия
---	---	---

Январь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Февраль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима,

(фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу)	-дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц
--	---	---

Март

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц -экскурсия

Апрель

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима,

(фрукты) -оздоровление фитонцидами (ароматизация помещений- чеснок, лук в пищу) -оксолиновая мазь 2 раза в день	-дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц
---	---	---

Май

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второгозавтрака (сок) - витаминизация через день (фрукты)	-обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	-утренняя гимнастика -прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Июнь

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
-правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитаминны- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака (сок) - витаминизация через день	-утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в	-утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз

(фрукты) -зеленые салаты	игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	в месяц -экскурсия
-----------------------------	---	-----------------------

Июль

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация второго завтрака(сок) - витаминизация через день (фрукты) -зеленые салаты 	<ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10 минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц

Август

Лечебно-профилактические мероприятия	Закаливающие процедуры	Оздоровительный режим
<ul style="list-style-type: none"> -правильная организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима -поливитамины- 1 драже в день в течение 	<ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе -обливание холодной водой кистей рук до локтя -хождение босиком по ребристой доске -воздушные процедуры после 	<ul style="list-style-type: none"> -утренняя гимнастика - прогулка 2 раза в день, подвижные игры и физические упражнения -сквозное проветривание (3 раза в день в течение 5-10

двух недель - релаксация, минуты тишины, музыкальные паузы -организация вторых завтраков (фрукты или сок) -зеленые салаты	дневного сна -сон при открытых фрамугах -солнечные ванны -полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры -дыхательная гимнастика в игровой форме -оздоровительный бег на улице 2 раза в неделю в течение года	минут) -соблюдение воздушно-температурного режима, облегченная одежда детей в группе - целевая прогулка 1 раз в месяц
--	---	---

4. Модель работы воспитателя с родителями

