

Стратегический план улучшения здоровья воспитанников МБДОУ детского сада № 125

<i>Содержание</i>	<i>Группа</i>	<i>Периодичность выполнения</i>	<i>Ответственные</i>	<i>Время</i>
1. Оптимизация режима				
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все	Ежедневно	Воспитатели, врач	В течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все		Врач	В течение года
2. Организация двигательного режима				
Физкультурные занятия	Все	3 раза в неделю	Воспитатель по физической культуре	В течение года
Гимнастика после дневного сна	Все	Ежедневно	Воспитатели, контроль медработника	В течение года
Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Музыкально-ритмические занятия	Все	2 раза в неделю	Музыкальный работник, воспитатели	В течение года
Спортивный досуг	Со 2 младшей группы		Воспитатель по физкультуре	В течение года
Гимнастика глаз	Со 2 младшей группы	Во время занятий на физкультминутках	Воспитатель	В течение года
Пальчиковая гимнастика	Все	3-4 раза в день	Воспитатель	В течение года
3. Охрана психического здоровья				
Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
4. Профилактика заболеваемости				
Массаж "9 волшебных точек" по методике А.А.Уманской	Со 2 младшей группы	3-4 раза в день	Воспитатели, контроль	В течение года
Профилактика гриппа - прививки "Гришпол"	Все группы с согласия	За 2 месяца до начала эпидемии гриппа	Медработник	Октябрь - декабрь
5. Оздоровление фитонцидами				
Чеснок	Все	Перед обедом	Воспитатели	В период подъема заболеваний ОРЗ и
Ароматизация помещений (чесночные букетики)	Все	В течение дня ежедневно	Помощники воспитателя,	Октябрь - апрель

<i>6. Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка</i>				
Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Все	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки на воздухе	Все	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Хожение босиком по "дорожке здоровья"	Все	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Обширное умывание	Все	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Игры с водой	Все	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	все	После каждого приема пищи	Воспитатели, помощники воспитателя	В течение года
<i>7. Лечебно - оздоровительная работа</i>				
Витаминизация третьего блюда	Все	Ежедневно	Повара	В течение года