



**Формы медико-оздоровительной работы
 по МОУ Детскому саду №221 на 2020-2021 учебный год**

| № п/п | Виды оздоровительной деятельности | Санитарно-гигиенические требования | Сроки проведения | Кто проводит |
|-------|---|--|---------------------|--|
| 1. | Утренняя гимнастика | Облегченная форма одежды | ежедневно | Воспитатели всех возрастных групп |
| 2. | Физкультурные занятия | Облегченная форма одежды | 2 раза в неделю | инструктор по физической культуре |
| 3. | Закаливающие мероприятия (облегченная форма одежды в помещении, босохождение, систематическое проветривание помещений, умывание лица, шеи, рук водой комнатной температуры) | Продолжительность от 3 до 15 мин; Температура +22-+23. | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп, медицинская сестра |
| 4. | Массаж рук, точечный массаж ушек | Проветренное помещение перед занятием | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп, |
| 5. | Познавательные занятия, НОД знакомящие с организмом человека и дающие начальные знания по ОБЖ | Проветренное помещение перед занятием | 1 раз в неделю | воспитатели средних, старших, подготовительных групп |
| 6. | Беседы ,НОД с детьми о ЗОЖ | Проветренное помещение перед занятием | В течение дня | воспитатели всех возрастных групп |
| 7. | Бодрящая гимнастика | Продолжительность от 3 до 15 мин; Температура +22-+23. | Ежедневно после сна | воспитатели всех возрастных групп |
| 8. | Физкультурный досуг | Облегченная форма одежды, проветренное помещение перед занятием | 2 раза в месяц | инструктор по физической культуре |
| 9. | Музыкальный праздник | Облегченная форма одежды, проветренное | 1 раз в квартал | музыкальный руководитель |

| | | | | |
|-----|---|---|--|--|
| | | помещение перед занятием | | |
| 10. | Физкультурный праздник | Облегченная форма одежды, проветренное помещение перед занятием | 1 раз в квартал | инструктор по физической культуре (воспитатели) |
| 11. | Индивидуальные физические упражнения | Облегченная форма одежды | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп |
| 12. | Подвижные игры | Облегченная форма одежды, учет возрастных особенностей | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп |
| 13. | Привитие культурно-гигиенических навыков (уход за внешним видом, поведение за столом, уход за вещами и игрушками, одевание, умывание) | | Ежедневно во время проведения режимных процессов | воспитатели всех возрастных групп |
| 14. | Музыкальное сопровождение режимных моментов | | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп музыкальный руководитель. |
| 15. | Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здорового образа жизни | Проветренное помещение | 2 раза в год | воспитатели всех возрастных групп, |
| 16. | Профилактическая работа с родителями (папки-передвижки «Советы доктора Пилюлькина») | | ежедневно | воспитатели всех возрастных групп, медицинская сестра |
| 17. | Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления детей | Проветренное помещение | 1 раз в год | старший воспитатель заведующий |
| 18. | Прогулка | При температуре не ниже -15; | 2 раза в день | воспитатели всех возрастных групп |

Лечебно-профилактические

- витаминотерапия (сок, фрукты)
- применение фитонцидов-бус из чеснока (в зимний период и во время обострения эпидемиологической обстановки)