Утверждено:
Приказем заведующего
МБДОУ д/с № 21
№ 4 от МВДОУ д/г. А. Федореева

Система оздоровительной работы на 2021 г.

Разделы и направления работы	Формы работы
 Использование вариативных режимов дня и пребывание ребенка в ДОУ 	Скорректированный режим дня; Щадящий режим дня; Индивидуальный режим дня.
. Психологическое сопровождение развития	индивидуальный режим дня.
3. Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: a) Регламентированная деятельность	Медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период; Создание психологически комфортного климата в ДОУ; Создание у детей собственной побудительной мотивации в различных видах деятельности; Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; Изучение особенностей развития и социализации детей; Развитие эмоциональной сферы детей с целью профилактики психоматических заболеваний; Развитие саморегуляции и социальной компетентности; Коррекция нарушений адаптации в детском коллективе и ситуативных эмоциональных расстройств; Медико-психологические консультации для родителей по преемственности воспитания детей и ухода за ними. Утренняя гимнастика; Физкультминутки, физкультпаузы; Динамические переменки; Гимнастика с элементами самомассажа; Физкультурные занятия в зале и на воздухе; Физкультурные упражнения после сна (бодрящая гимнастика); Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья возможностей ребенка.
б) Частично регламентированная	возможностеи реоенка.
деятельность	Спортивные праздники; Спортивные игры; Спортивный досуг;
	- Спортивныеупражнения на воздухе;
в) Нерегламентированная деятельность 4. Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни.	- Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке. Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержание здоровья; Занятия на тему «Познай себя»; Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности;
	Словесно наглядные и сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни; Формирование основ безопасности жизнедеятельности; Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности; Формирование положительного образа своего тела.
5. Оздоровительное и лечебно- профилактическое сопровождение:	- Скорректированный режим дня;

а) профилактические мероприятия	 Мероприятия, направленные на снятие адаптационного синдрома;
	- Дыхательная гимнастика;
	- Бодрящая гимнастика;
	Фитополоскание;
	- Подбор оптимальной слойности одежды при различных температурах в группе, физкультурных и музыкальных залах, на улице;
	 Режим проветривания и оптимизация вентиляции во время дневного сна;
	- Специфическая и не специфическая профилактика ОРВИ и гриппа.
б) диспансеризация	 Ежегодные профилактические осмотры детей декретированных возрастных групп специалистами (ЛОР хирург, окулист, невролог) с последующим заключением педиатра; Осмотр детей оздоровительных групп 2 раза в год
	педиатром, 2 раза в год ЛОР-врачом и по показаниям узкими специалистами; - Диспансерное наблюдение хронически больных детей; - Полное лабораторное обследование детей, поступающих в школу.
в) общеукрепляющие мероприятия	Закаливание естественными физическими факторами:
	- Физкультурные занятия и игры на свежем воздухе;
	- Режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня;
	- Умывание рук до локтя водой в течение года с
	постепенным понижением температуры;
	- Полоскание полости рта и глотки кипяченой водой комнатной температуры, водно-солевым раствором, травами обладающими антисептическими свойствами, после приема пищи;
	- Местные и общие воздушные ванны;
	- Световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний сезон;
г) коррекционные мероприятия	 Профилактика обострений хронической патологии; Медикаментозная профилактика; Коррекция адаптационных нарушений; Коррекция речевых нарушений.
6. Организация питания	- Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами;
	- Оздоровительное питание;
	- Индивидуальное питание в соответствии с соматической патологией.

ķ