**Мероприятия по укреплению и оздоровлению детей 3-4лет**

**в летний оздоровительный период**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Содержание | Время выполнения, ответственные |
| 1. | Соблюдение режима дня (увеличение дневного сна ). | Ежедневно – воспитатели,  младший воспитатель. |
| 2. | -Прием детей на улице.  -Утренний фильтр (осмотр кожных покровов у детей, осмотр на педикулез, беседа с родителями о самочувствии детей). | Ежедневно – воспитатели,  старшая медсестра . |
| 3. | Соблюдение всех санитарно-гигиенических норм в группе:  - проветривание группы по графику;  - влажная уборка по графику;  - мытье игрушек ежедневно мыльно-содовым раствором;  - формирование культурно-гигиенических навыков и умений (мытье рук перед едой, после туалета, проулки, пользование индивидуальными средствами личной гигиены горшки, носовые платки, полотенца). | Ежедневно – воспитатели,  младший воспитатель. |
| 4. | Ежедневные прогулки на улице. | Воспитатель |
| 5. | Рациональное питание ( сезонное питание). | Ежедневно – старшая медсестра , шеф-повар,  воспитатели,  младший воспитатель. |
| 6. | Высоко-жидкостный питьевой режим фильтрованной (кипяченой) водой. | Ежедневно – младший воспитатель. |
| 7. | Контроль за одеждой детей – одевать детей адекватно температурному режиму в группе и на улице (следить за тем, чтобы дети не перегревались и не переохлаждались, обязательное наличие у детей головных уборов ). | Ежедневно – воспитатели,  младший воспитатель,  родители. |
| 8. | Двигательная активность детей:  - утренняя гимнастика;  - физкультурные занятия;  - подвижные игры;  - логоритмика (пальчиковая гимнастика);  - дыхательная гимнастика;  - профилактика плоскостопия и сколиоза (следить за осанкой детей – стулья и столы должны быть соответственно росту детей, обувь у детей должна быть удобной с небольшим каблучком);  - музыкально-спортивные развлечения.  (Все физические нагрузки должны быть соответственно возрасту детей). | В течении дня по плану воспитателя;  по плану музыкального руководителя;  старшая медсестра. |
| 9. | Закаливающие процедуры:  - воздушно-контрастное закаливание;  - воздушные, солнечные ванны на прогулке;  - хождение босиком на прогулке;  - игры с водой и песком на прогулке;  - обливание ног водой. | Ежедневно – воспитатели,  младший воспитатель,  старшая медсестра. |