**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. |