**Индивидуальная карта по укреплению здоровья ребенка**

**Ф. И. ребенка:** Я.Кирилл

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рекомендации врача | Выполнение рекомендаций | Период и нормы выполнения |
| Соблюдение температурного режима в помещениии | Одежда ребенка в соответствии с температурой воздуха в помещении | 16-17 – трехслойная одежда  18-21 – двухслойная  22 - однослойная |
| Щадящий выход на прогулку | Выход на улицу во второй подгруппе детей, возвращение в первой подгруппе | Выход на прогулку – 2-я подгруппа 10 ч. 35 мин., возвращение – 1-я подгруппа 12ч. 00 мин. |
| Соблюдение физических нагрузок | В период обострения болезни ограничение в количестве времени, в количестве физкультурных упражнений, беге, прыжках. Замена активных упражнений на более пассивные | Все нормы физических нагрузок сокращаются в два раза |