

**План мероприятий по охране здоровья воспитанников  
 на 2020-2021 учебный год в МКДОУ д/с № 82**

№	Содержание	Группа	Периодичность	Ответственные	Время
<b>1.</b>	<b>Оптимизация режима</b>				
	Организация жизни детей в адаптационный период: - назначение щадящего режима - сокращение времени пребывания ребенка в образовательном учреждении в течение двух недель - удлиненный сан на 1,5-2 часа в ночное время (дома) - подбор соответствующей одежды (не допускающей перегревания и переохлаждения)	2 гр. раннего возраста, младшая	ежедневно	Врач  Ст. м/с  Родители	Сентябрь, октябрь
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возраста и индивидуальных особенностей.	Все		Ст. м/с  Ст. воспитатель	В течение года
<b>2.</b>	<b>Организация двигательного режима</b>				
	Физкультурные занятия	Все	3 раза в неделю	Инструктор по физ. культуре	В течение года
	Утренняя гимнастика	Все	ежедневно	Инструктор по физ. культуре	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Все	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр	Все	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Физкультурный досуг	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физ. культуре	В течение года
	День здоровья	С младш.гр.	1 раз в квартал	Инструктор по физ. культуре, воспитатели	В течение года
	Физкультурный праздник	Со среднего возраста	2 раза в год	Инструктор по физ. культуре	В течение года
	Пальчиковые игры и дыхательная гимнастика	Все	ежедневно	Логопед, воспитатели	В течение года
	Гимнастика для глаз	Со среднего возраста	ежедневно	Воспитатели Ст. м/с	В течение года