**МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ**

При поступлении в детский сад каждый ребёнок должен иметь подписанную участковым педиатром медицинскую карту.

Каждое утро после прихода детей в группу медицинским работником ведётся опрос и при необходимости осмотр на предмет раннего выявления симптомов заболевания.

Если у ребенка появляются первые признаки заболевания (температура, рвота, высыпания, диарея), родители немедленно оповещаются об этом и должны как можно скорее забрать ребенка из медицинского изолятора детского сада.

Родители должны своевременно (день в день) информировать медицинского работника детского сада или администрацию детского сада об отсутствии ребенка, о причинах и предполагаемых сроках отсутствия, о случаях инфекционных заболеваний, травмах, наложенных карантинах.

Медицинское обслуживание включает следующие мероприятия по профилактике и оздоровлению:

* По плану детской поликлиники в детском саду проводятся медицинские осмотры детей специалистами.
* В детском саду проводятся мероприятия по сохранению и укреплению здоровья детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия проводятся в зависимости от сезона | Мероприятия проводятся в течение всего учебного года | Мероприятия проводятся периодически, в зависимости от внешних факторов |
| Утренний приём на воздухе в тёплый период года  Воздушные ванны с упражнениями  Солнечные ванны  Закаливание стоп контрастной водой  Босохождение | Самомассаж  Витаминотерапия  Умывание прохладной водой  Дыхательная гимнастика  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна  Полоскание рта после еды  Босохождение на физкультурных занятиях  Упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия  Упражнения на активизацию работы мышц глаз | Точечный массаж  Смазывание крыльев носа оксолиновой мазью  Мыльные аппликации |

**Физкультурно-оздоровительная работа**

**- Режим дня в соответ-ствии с возрастными особенностями**

**- Соблюдение санитар-но-гигиенических норм и правил**

**- Учёт индивидуаль-ных особенностей**

**- Дифференцирован-ный подход с учётом состояния здоровья детей**

**- Учёт внешних фак-торов (сезонные рит-мы, климат и др.)**

**- Воспитание культурно-гигиеничес-ких навыков**

**- Обогащение знаний детей о своём теле, особенностях его строения, здоровом образе жизни и прочее**

**Организация оздоровительного режима**

**Организация двигательной деятельности**

**Преемственность семьи и детского сада**

**Организация закаливающих и оздоровительных мероприятий**

**Обеспечение полноценного питания**

**Обеспечение психологического комфорта**

**- Непосредственная образо-вательная деятельность по физической культуре (в за-ле 2 раза в неделю, на улице 1 раз в неделю)**

**- Двигательные разминки**

**- Динамические паузы**

**- Физкультурные минутки**

**- Подвижные игры**

**- Физические упражнения**

**- Спортивные игры и уп-ражнения**

**- Оздоровительный бег**

**- Ритмическая гимнастика**

**- Прогулки- походы**

**- Создание условий для са-мостоятельной двигатель-ной активности**

**- Спортивный кружок**

**- Спортивные праздники, физкультурные досуги, в том числе с участием родителей**

**- утренняя гимнастика**

**-гимнастика после сна (бодрящая гимнас-тика)**

**- «Минутки здоровья» с включением упраж-нений для профилактике плоскостопия, фор-мирующие правильную осанку**

**- «Восточная гимнастика» - ассаны, Хатка-йога**

- **воздушные ванны с упражнениями**

**- солнечные ванны**

**- умывание прохладной водой**

**- полоскание рта после еды**

**- закаливание стоп контрастной водой**

**- ходьба босиком**

**- витаминотерапия**

**- разные виды массажа (самомассаж, точеч-ный массаж)**

**- употребление в пищу фитонцидов**

- **утренний приём на свежем воздухе в тёп-**

**лый период года**

**- дыхательная гимнастика**

**- упражнения на активизацию работы мышц глаз**

**- «Минутки**

**настроения»**

**- «Уроки общения»**

**- Релаксация**

**- Комплексный под-ход к проблеме** **адаптации**

**- режим питания**

**- сбалансированность**

**- калорийность**

**- витоминезация**