

ПЛАН
работы оздоровления детей
по МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида №48 «Винни-Пух»

Сентябрь	а) полоскание рта солевым раствором в течении 2-х недель б) точечный массаж по Уманской в) витамины в течение 2-х недель г) закаливающие процедуры (хождение босиком после сна по ребристой дорожке) д) дыхательная гимнастика для увеличения жизненного объема легких
Октябрь	а) закаливающие процедуры (хождение босиком после сна по ребристой дорожке, умывание прохладной водой, бодрящая корректирующая гимнастика после сна) б) полоскание горла теплой водой после еды в) точечный массаж по Уманской г) витамины в течение 2-х недель
Ноябрь	а) настой чеснока и лимона по всем группам (до еды) б) точечный массаж по Уманской в) дневной сон с применением ароматерапии г) смазывание носа оксолиновой мазью 2 недели д) закаливающие процедуры е) не допускать детей в группу с катаральными явлениями
Декабрь	а) точечный массаж по Уманской б) закаливающие процедуры в) дневной сон с применением ароматерапии г) соблюдение сан.дез.режима постоянно д) настой чеснока и лимона по всем группам (до еды) е) полоскание горла раствором морской соли ж) ношение кулонов чесноком
Январь	а) настой чеснока и лимона по всем группам (до еды) б) точечный массаж по Уманской в) ароматерапия в группах г) смазывание носа оксолиновой мазью 2 недели д) закаливающие процедуры
Февраль	а) настой чеснока и лимона по всем группам (до еды) б) точечный массаж по Уманской в) ароматерапия в группах г) ношение кулонов чесноком д) закаливающие процедуры
Март	а) полоскание рта солевым раствором в течении 2-х недель б) точечный массаж по Уманской в) витамины в течение 2-х недель г) закаливающие процедуры (хождение босиком после сна по ребристой дорожке) д) дыхательная гимнастика для увеличения жизненного объема легких
Апрель	а) полоскание рта солевым раствором в течении 2-х недель б) точечный массаж по Уманской в) витамины в течение 2-х недель г) закаливающие процедуры (хождение босиком после сна по ребристой дорожке) д) дыхательная гимнастика для увеличения жизненного объема легких
Май	а) полоскание рта солевым раствором в течении 2-х недель б) соблюдение режимных моментов в) продолжать закаливать воздухом. Солнцем и водой г) дыхательная гимнастика для увеличения жизненного объема легких
Ежедневные	Прием детей на улице Утренняя гимнастика Прогулка на свежем воздухе Двигательная разминка между ООД Физкультминутки в ООД Гимнастика после сна