**План работы лечебно – оздоровительных мероприятий с сотрудниками МБДОУ ОР №92 «Голбакча»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | | **Мероприятия** | **Дата** | | **Ответственные** | |
| 1 | | Лечебно – профилактическое оздоровительное мероприятие «Здоровый воспитатель».  Зарядка + релаксирующая гимнастика. | сентябрь | | Ст. м/с  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И. | |
| 2 | | Лечебная гимнастика под музыку.  Оздоровительное мероприятие «Веселые старты». | октябрь | | Физ. инструктор  Кузнецова И.М. | |
| 3 | | Кислородный коктейль.  Лекция по профилактическим заболеваниям: «Воздушно – капельные инфекции». | ноябрь | | Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И. | |
| 4 | | Витаминный чай.  Организация похода на лыжах в парк «Прибрежный». | декабрь | | Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И.  Физ. инструктор  Кузнецова И.М.  Председатель ППО Галеева И.Р. | |
| 5 | | Лекция: «Здоровье женщины».  Лечебный массаж и дыхательная гимнастика.  Витаминный чай. | январь | | Главный врач  ООО «Танар»  Танова Л.Н.  Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И. | |
| 6 | | Ходьба босиком по массажной дорожке.  «Улыбкотерапия» | февраль | | Физ.инструктор  Кузнецова И.М.  Педагог – психолог  Ананьина Н.А. | |
| 7 | | Лекция: «Профилактика инфекционных заболеваний»  Кислородный коктейль. | март | | Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И. | |
| 8 | | Звуковой тренинг «Релаксация»  Экскурсия, посещение в медицинский центр «Танар»  Консультации: «Профилактика нарушений опорно – двигательного аппарата» | апрель | | Педагог – психолог  Ананьина Н.А.  Главный врач  ООО «Танар»  Танова Л.Н. | |
| 9 | | Воздушные и солнечные ванны.  Организация туристического похода для желающих членов профсоюза. | май | | Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И.  Председатель ППО Галеева И.Р. | |
| 10 | Лекция: «О профилактике сердечно – сосудистых заболеваний» | | | сентябрь | | Ст. м/с.  Гильмутдинова Г.Г.  Смирнова А.И. |

Заведующий МБДОУ ОР №92 Фатхутдинова Н.Ф.