

**СОГЛАСОВАНО**

Врач - педиатр

ГКДОУ д/с № 26 «Красная шапочка»

Костенко Ш.М.



**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий

ГКДОУ д/с №26 «Красная шапочка»

Л.Н.Квятковская



**План**

оздоровления детей

ГКДОУ д/с №26 «Красная шапочка»

на 2020-2021 уч.г.

Месяц	Мероприятия	Периодичность выполнения	Контингент
Сентябрь	«Босоножье»	В течение года	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети
Октябрь	Лечебная смазка носика (0,25% оксалиновая мазь) перед выходом на прогулку	10 дней, 1 раз в день	Все дети
	Аромотерапия с пихтовым маслом	10 дней, 1 раз в день	Все дети
	Волшебная приправа ( фитонциды: лук, чеснок)	Ежедневно	Все группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	«Поиграем с носиком» (самомассаж)	2-3 раза в день	Все дети
Чесночные бусы	10 дней	Все дети	
Ноябрь	Лечебная смазка носика (0,25% оксалиновая мазь) перед выходом на прогулку	10 дней, 1 раз в день	Все дети
	Чай с лимоном	Согласно меню	Все дети
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Все дети
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	Все дети
	«Золотой шар» витамины «Ревит»	10 дней	Все дети
декабрь	Волшебная приправа (фитонциды: лук, чеснок)	Ежедневно	Все группы
	Фиточай (ромашка)	10 дней, 1 раз в день до полдника	Все группы
	Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Все дети
	«Поиграем с ушками» (самомассаж)	2-3 раза	Все дети
	Лечебная смазка носика (0,25% оксалиновая мазь)	10 дней	Все дети
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети	

	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
Январь	Фиточай шиповник	10 дней 50 г	Все дети
	«Поиграем с ушками» (самомассаж)	2-3 раза	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	Аромотерапия с пихтовым маслом	10 дней, 1 раз в день	Все дети
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети
Февраль	«Золотой шар» витамины «Ревит»	10 дней	Все дети
	«Поиграем с ушками» (самомассаж)	2-3 раза	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети
	Март	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном
«Босоножье»		Ежедневно, после дневного сна	Все дети
Аромотерапия с пихтовым маслом		10 дней, 1 раз в день	Все дети
Волшебная приправа (фитонциды: лук, чеснок)		Ежедневно	Все группы
Комплекс «Ручеёк»		Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
Витаминизация 3 блюда (компот)		Ежедневно	Все дети
Апрель	Чай с лимоном	Согласно меню	Все дети
	Лечебная смазка носика (0,25% оксалиновая мазь)	10 дней	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	Средние группы
	Циркулярный душ	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда (компот)	Ежедневно	Все дети
Май	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда (компот)	Ежедневно	Все дети
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	Средние группы

	Циркулярный душ	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
Июнь	Игры с водой	Ежедневно	Все группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	Циркулярный душ	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети
Июль	Игры с водой	Ежедневно	Все группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	Средние группы
	Циркулярный душ	Ежедневно	Старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда (компот)	Ежедневно	Все дети
Август	Игры с водой	Ежедневно	Все группы
	«Босоножье»	Ежедневно, после дневного сна	Все дети
	«Поиграем с ножками» (самомассаж)	Ежедневно, перед дневным сном	Средние, старшие и подготовительные к школе группы
	Комплекс «Ручеёк»	Ежедневно	Средние группы
	Циркулярный душ	Ежедневно	старшие и подготовительные к школе группы
	Витаминизация 3 блюда ( компот)	Ежедневно	Все дети