

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №47  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-  
речевому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  К.В. Романова

Приказ от 31.08.2023 № 29/10



**КОМПЛЕКС САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ, ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ  
И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ И ПРОЦЕДУР  
НА 2023–2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Санкт-Петербург

2023

## Часть целевого раздела, формируемая участниками образовательного процесса

<b>Целевой раздел</b>	
Цель	<p>Оздоровительной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– реабилитация ЧБД, профилактика ОРВИ и повышение резистентности организма часто болеющих детей;</li> <li>– формирование у детей, родителей, педагогов ответственного отношения к собственному здоровью.</li> <li>– реабилитация ЧБД, профилактика ОРВИ и повышение резистентности организма часто болеющих детей;</li> <li>– формирование у детей, родителей, педагогов ответственного отношения к собственному здоровью.</li> </ul>
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.</li> <li>– Формировать у всех участников образовательного процесса отношение к своему здоровью.</li> <li>– Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуре.</li> <li>– Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.</li> <li>– Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.</li> </ul>
Принципы и подходы	<p>Основные принципы работы с часто болеющими детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Научность – все предложенные и используемые мероприятия научно обоснованы и практически апробированы.</li> <li>– Доступность – основывается на том, что все разделы работы с детьми объединяет игровой метод проведения занятий. Такой выбор объясняется тем, что игра в дошкольном возрасте является основным видом деятельности, а значит понятным и доступным для ребенка. Все составляющие части занятия просты и в основном уже знакомы детям и взрослым.</li> <li>– Активность – активное, деятельностное участие в оздоровительной работе всех участников образовательного процесса.</li> <li>– Интеграция – органичное решение оздоровительных задач в системе образовательной работы, во всех видах детской деятельности.</li> <li>– Адресность и преемственность – учет разноуровневого развития и состояния здоровья, участвующих в оздоровлении; умение адаптировать содержание программы к категориям детей разного возраста.</li> </ul> <p>При реализации подходов к работе с ЧБД специалисты исходят из принятых следующих статистических критериев выделения часто болеющих детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– первый год жизни – 4 и более острых заболеваний в год;</li> <li>– второй-третий год жизни – 6 и более острых заболеваний в год;</li> <li>– четвертый год жизни – 5 и более острых заболеваний в год;</li> <li>– пятый-шестой год жизни – 4 и более острых заболеваний в год;</li> <li>– шесть и более лет – 3 и более острых заболеваний в год.</li> </ul>

<p>Особенности осуществления образовательного процесса</p>	<p>В ходе реализации образовательной деятельности с детьми по образовательной области «Физическое развитие» двигательная активность (нагрузка) часто болеющим детям определяется медицинским персоналом и педагогами в таком же объёме, что и здоровым детям, но при этом учитываются их психофизиологические возможности и психологические особенности.</p> <p>Одно из основных требований – построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Игровой деятельности, как форме организации детской деятельности, отводится особая роль. Игра – это ведущая деятельность ребенка, посредством которой он органично развивается, познает очень важный пласт человеческой культуры – взаимоотношение между взрослыми людьми – в семье, их профессиональной деятельности.</p> <p>Таким образом, игра выступает как самая важная деятельность, через которую педагоги решают все образовательные и оздоровительные задачи, в том числе и обучение. Итак, акцент на совместную деятельность взрослого и детей, на игровые формы образования дошкольников, на отсутствие жесткой регламентации детской деятельности и вносит в содержание образовательного процесса необходимые изменения.</p>
<p>Планируемые результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребенка.</li> <li>– Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.</li> <li>– Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.</li> <li>– Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.</li> <li>– Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.</li> <li>– Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.</li> </ul>

### Часть содержательного раздела, формируемая участниками образовательного процесса

<p><b>Содержательный раздел</b></p>	
<p>Физкультурно-оздоровительная работа</p>	
<p>Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми ЧДБ</p>	<p>Приобщение часто болеющих детей к физической культуре рассматривается в настоящее время как одно из самых важных средств, способствующих улучшению здоровья, повышению сопротивляемости организма инфекционным заболеваниям, улучшению работы основных органов и систем организма, а также повышению самооценки.</p> <p>В процессе выполнения физических упражнений закладывается фундамент здоровья детей, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма.</p> <p>Адекватная постоянная физическая нагрузка часто болеющих детей способствует улучшению сердечной деятельности, тренирует сердце, улучшает работу органов дыхания, кроветворения,</p>

	<p>пищеварения, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга.</p> <p>Создание условий для полноценной, позитивной двигательной деятельности часто болеющих детей в образовательном учреждении и семье способствует формированию здорового образа жизни, закаливанию организма, укреплению здоровья, профилактике имеющихся заболеваний, развитию уверенности в своих силах, повышению самооценки, формированию основных двигательных умений и навыков.</p> <p>При организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми ЧБД педагогами и специалистами учитываются следующие особенности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Работоспособность детей ЧБД низкая и неустойчивая, в связи с этим необходимо тщательно корректировать нагрузку предстоящей двигательной деятельности.</li> <li>– Признаки утомления у данной группы детей наступают быстрее, чем у здоровых детей, поэтому педагог должен не пропустить момент наступления утомления, чтобы избежать физической перегрузки.</li> <li>– Никогда нельзя сравнивать достижения выполнения двигательных действий часто болеющим ребенком с другими детьми.</li> <li>– Педагогу необходимо постоянно следить за состоянием здоровья детей, предъявляя оптимальные требования к результату двигательной деятельности в данное конкретное время.</li> </ul>
<p>Раздел двигательного развития</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Развитие основных физических, двигательных качеств (ловкости, координации движений, гибкости, выносливости, силы, чувства равновесия и др.).</li> <li>– Формирование телесной идентификации и произвольной регуляции средствами физического воспитания.</li> <li>– Укрепление мышечного корсета и сводов стопы, формирование рефлекса правильной осанки, коррекция нарушений физического развития ребенка.</li> <li>– Развитие рефлекса правильной походки.</li> <li>– Формирование умения выполнять перекрестные движения, способствующие развитию межполушарного взаимодействия, координированной работы правого и левого полушарий головного мозга.</li> <li>– Стимуляция и развитие кинетической и кинестетической основ движений средствами физического воспитания.</li> <li>– Развитие ориентации в пространстве средствами физического воспитания.</li> <li>– Формирование культуры движений.</li> </ul> <p>Для реализации задач физического (двигательного) развития обеспечивается следующая система работы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сентябрь – осуществление мониторинга методом наблюдения для определения исходного уровня развития детей при выполнении определенных тестовых заданий.</li> <li>2. Май – повторное проведение мониторинга методом наблюдения для сравнительного анализа результатов в начале и конце</li> </ol>

учебного года.

3. В течение учебного года осуществляется педагогическая работа, направленная на:

- ✓ формирование основных сенсомоторных координаций:
  - зрительномоторной координации – за счет выполнения слежения глазами за перемещающимся в пространстве предметом в разных направлениях;
  - слухомоторной координации – в процессе выполнения заданий с музыкальным сопровождением, когда, например, на одну музыкальную мелодию детям предлагается выполнить ползание с продвижением вперед, на вторую мелодию выполнить ходьбу на носках руки на пояс, а на третью мелодию выполнить хлопки в ладоши, стоя на месте (эти задания могут быть самыми разнообразными);
  - вестибуломоторной координации – за счет выполнения упражнений, требующих сохранения равновесия, стоя на разных поверхностях (по устойчивости, размеру, площади опоры), на полу, на модуле, на балансировочной доске и др., а также при выполнении ходьбы и бега;
  - формирование межполушарного взаимодействия – за счет стимулирования совместной работы правого и левого полушарий головного мозга, что достигается выполнением сложнокоординированных движений, например, таких, как приставные шаги вправо с одновременным отведением левой руки с флажком влево, затем наоборот и др.;
  - отработку первичных движений, «примитивных» рефлексов (асимметрический шейный тонический, Галанта, сегментированный рефлекс поворота и пр.);
- ✓ развитие основных двигательных, физических качеств:
  - ловкости и координации движений – за счет выполнения различных манипуляций с предметами - мячом, палкой, обручем, скакалкой, лентой и др.;
  - гибкости – при выполнении упражнений на растяжку, на увеличение подвижности в суставах (различные наклоны, полушпагаты, мостик из положения лежа и др.);
  - выносливости – за счет выполнения продолжительной, малоинтенсивной работы, например удержание позы «рыбка» на определенный счет;
  - силы – при выполнении упражнений с отягощениями (маленькие гантели, набивные мячи и т.д.);
  - быстроты при проведении эстафет, когда проявляется реакция на сигнал; или выполнение прыжков через скакалку – как можно больше за определенный промежуток времени;
  - целенаправленное формирование рефлекса правильной осанки, укрепление мышечного корсета – за счет выполнения упражнений на растяжение, удержание определенной позы, напряжения и расслабления определенных мышечных групп;
- ✓ воспитание культуры выполнения движений:
  - разучивание общеразвивающих упражнений, выполняемых из разных исходных положений; развития и закрепления умения и навыков выполнения различных заданий таких, как основные виды движений (ходьба, бег, прыжки,

	<p>ползание, лазание и метание), упражнения без предметов и с предметами, танцевальные и др. упражнения;</p> <p>✓ формирование умения и навыков выполнения общеразвивающих упражнений без предметов, с разными предметами и на снарядах из разных исходных положений – это упражнения с мячами разного диаметра, скакалками, с обручем, гимнастической палкой, кеглями, мешочками с песком, лентами, а также на детских стульях, гимнастической скамейке, лесенке, набивных (сенсорных) мячах, мячах-хопах, балансирующих досках и др.</p>
Раздел укрепления и развития нервной системы организма	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Развитие органов чувств (тактильных, слуховых, зрительных, вестибулярных, обонятельных, вкусовых стимулов) - за счет выполнения упражнений с разными предметами, слежением за перемещающимися в пространстве предметами, ходьбы, бега в разных направлениях и с уменьшенной площадью опоры; заданий, связанных с сохранением равновесия и др.;</li> <li>– Формирование кинетического, кинестетического, пространственного, восприятия, произвольной двигательной регуляции. Реализация данных факторов обусловлена необходимостью формировать образ предстоящего движения; возможностью перехода от одного движения к другому; постановкой цели, планированием предстоящего двигательного действия и осуществлением контроля за выполнением поставленной задачи; удержанием внимания и развитием двигательной памяти.</li> </ul> <p>Данные базальные факторы необходимы для реализации нормального онтогенеза на начальных этапах развития, которые определяют течение нейрофизиологических и нейропсихологических процессов в организме, и в дальнейшем - для формирования за счет специальных двигательных технологий полноценной деятельности ребенка, соответствующей сенситивным периодам развития.</p>
Раздел социально-эмоционального развития	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Развитие групповой сплоченности, умения взаимодействовать в группе и подгруппах, оказывать взаимопомощь.</li> <li>– Развитие у детей способности понимать эмоциональное состояние свое и других детей.</li> <li>– Формирование у детей умения строить свое поведение в соответствии с групповыми нормами и правилами.</li> </ul> <p>Реализация данных задач происходит при создании условий для формирования навыков сотрудничества и социально-эмоционального взаимодействия – за счет проведения подвижных игр, эстафет, выполнения упражнений в парах, подгруппах и т.д.</p>
Раздел когнитивного развития	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Развитие образных представлений на основе слухового восприятия способов выполнения двигательных заданий.</li> <li>– Ознакомление детей с разным спортивным оборудованием в совокупности его сенсорных свойств, качеств, признаков посредством двигательной деятельности.</li> <li>– Формирование образного представления на основе восприятия цвета, формы, фактуры, размера, веса предметов и связанных с осуществлением двигательной деятельности.</li> <li>– Развитие способности к творческому самовыражению в процессе выполнения различных двигательных заданий.</li> <li>– Развитие познавательной активности детей за счет разгадывания</li> </ul>

	загадок, прослушивания стихов, пословиц, выполнения заданий с использованием счета, цвета, а также организация совместной деятельности с детьми по образовательной области «Физическое развитие».
Специфика организации работы	
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	<p><b>Утренняя гимнастика.</b> Проводится ежедневно в каждой группе. Задачами утренней гигиенической гимнастики являются: подготовка организма часто болеющих детей к предстоящей деятельности; умеренное, но разностороннее влияние на мышечную систему; активизация деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем; укрепление организма и закаливание; стимулирование работы внутренних органов и органов чувств; формирование правильной осанки; предупреждение возникновения плоскостопия. Для повышения двигательной активности, положительного эмоционального воздействия утренняя гимнастика проводится под музыкальное сопровождение.</p> <p>Утренняя гимнастика состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. В содержание вводной части утренней гимнастики включаются разные виды самомассажа ходьбы, бега, прыжков, ползания, дыхательная гимнастика, ритмические задания, а так же упражнения на концентрацию внимания. В основную часть комплекса утренней гимнастики включаются общеразвивающие упражнения для разных мышечных групп, выполняемые из разных исходных положений. Это задания без предметов и с предметами, а также и на снарядах (детских стульях, гимнастической скамейке, лесенке и др.), танцевальные и выразительные упражнения, хорошо знакомые детям, или те, которые выполняются в процессе основных занятий. В заключительную часть могут входить игры на внимание, упражнения на большом ортопедическом мяче, стоя на балансировочной доске в сочетании с заданиями на дыхание и др.</p> <p><b>Подвижные игры и физические упражнения на воздухе.</b> Способствуют развитию у часто болеющих детей: работы всех органов и систем организма; позитивного отношения к занятиям физическими упражнениями; уверенности в себе; внимания; двигательной памяти и, конечно, взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками. Обеспечивается процесс закаливания; повышается сопротивляемость организма простудным, инфекционным заболеваниям. Происходит формирование основных видов сенсомоторных координаций, пространственной ориентации, произвольной регуляции. В естественных условиях закрепляются и совершенствуются приобретенные ранее навыки и умения двигательных действий. Рекомендуется проведение игр со спортивными элементами: футбол, бадминтон, баскетбол и т.д., то есть тех, в которых необходимо еще более точно соблюдать правила игры, удерживать постоянное внимание на их выполнении.</p> <p><b>Физкультминутки.</b> Проводятся в виде кратковременных двигательных (игровых) заданий на занятиях статического характера с целью предупреждения и снятия утомления у детей данной группы. Длительность проведения – 1,5-2 минуты. Формы проведения - выполнение знакомых общеразвивающих упражнений,</p>

	<p>подвижных игр, танцевальных движений, движений под стихотворный текст, которые не требуют у часто болеющих детей большой траты сил. Особую группу упражнений составляют задания на развитие тонкой моторики кисти (пальчиковая гимнастика).</p> <p><b>Бодрящая гимнастика после дневного сна.</b> Выполняются с целью пробуждения, активизации двигательной деятельности. В игровой форме выполняются несколько хорошо знакомых детям упражнений, двигательных действий, способствующих активизации мыслительной деятельности.</p> <p><b>Динамические переменки.</b> Проводятся между занятиями, во время совместной деятельности воспитателя с детьми. Эта форма двигательной деятельности детей снимает усталость, мобилизует внимание и восприятие, активизирует умственную деятельность. Выполнение знакомых двигательных действий формирует двигательную память длительно и часто болеющих детей. В содержание физкультурных пауз рекомендуется включать задания с массажными, теннисными мячами, скакалками, палками, прыжки на батуте и др. Также можно использовать ритмические задания (хлопки в ладоши), элементы пальчиковой гимнастики, упражнения для плечевого пояса, прыжки, подскоки и другие виды движений.</p>
Индивидуальная и дифференцированная работа	Способствуют оптимальному развитию ребенка, развитию внимания, двигательной памяти, активизации мыслительной деятельности, уверенности в себе за счет лучшего освоения техники выполнения физических упражнений часто болеющих детей.
Самостоятельная двигательная деятельность	Планируется, организуется и контролируется воспитателем, а также медицинскими работниками. Самостоятельная двигательная деятельность часто болеющих детей может проходить в формах: двигательных действий в режиме дня в группе; двигательной деятельности в физкультурном зале; физических и спортивных упражнений на прогулке.
Спортивные праздники и досуговые мероприятия	Участие часто болеющих детей в спортивных праздниках и досуговых мероприятиях необходимо для развития у них адекватного, уверенного поведения; позитивного отношения к процессу приобщения к физической культуре; четкости выполнения определенных двигательных заданий; повышения позитивного отношения родителей к своим длительно и часто болеющим детям.
Мини-беседы	Проводятся с часто болеющими детьми в индивидуальной форме. Цель – выяснение отношения ребенка к процессу приобщения к физической культуре с последующим формированием у него более позитивного отношения к выполнению двигательных заданий, к закаливанию и к занятиям спортом.
Совместная деятельность родителей и детей	После индивидуального разучивания сложных двигательных заданий педагоги дают родителям рекомендации по выполнению и закреплению навыка разучиваемого движения дома. Это способствует лучшему освоению детьми техники упражнения и повышает желание заниматься двигательной деятельностью.
Система реабилитации	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Проведение индивидуальной целенаправленной круглогодичной программы профилактики и оздоровления средствами физического воспитания.</li> <li>– Комплексное использование методов оздоровления средствами</li> </ul>



	<p>физического воспитания, лечебно-профилактическими мероприятиями.</p>
<p>Организация рациональной двигательной активности</p>	<p><b>Укрепление здоровья средствами физического воспитания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Повышение устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды.</li> <li>– Повышение физической работоспособности.</li> <li>– Повышение тонуса коры головного мозга и создание положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья.</li> </ul> <p><b>Основные принципы организации физического воспитания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.</li> <li>– Сочетание двигательной нагрузки с закаливающими процедурами.</li> <li>– Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.</li> <li>– Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.</li> </ul> <p><b>Формы организации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Физические занятия в зале и на спортивной площадке.</li> <li>– Физминутки.</li> <li>– Физкультурные досуги, праздники, «дни здоровья».</li> <li>– Утренняя гимнастика.</li> <li>– Индивидуальная работа.</li> </ul>
<p>Создание представлений о здоровом образе жизни</p>	<p>Здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий, каждая минута, проведенная ребенком в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Привитие стойких гигиенических навыков.</li> <li>– Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.</li> <li>– Формирование представлений об окружающей среде.</li> <li>– Формирование привычки ежедневных упражнений.</li> <li>– Развитие представлений о своем теле, назначении органов.</li> <li>– Выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью.</li> </ul>
<p>Психолого-педагогические условия реализации программы</p>	<p>При выделении (формировании) групп ЧБД учитываются и все обострения хронических заболеваний в течение предыдущего года от момента осмотра ребенка за календарный год, а не только первичные обострения или заболевания.</p> <p>Учитываются также обращения родителей по поводу хронических заболеваний, протекающих без обострения (ожирение III степени, новообразования, нарушения осанки, аномалии рефракции и пр.) или вне фазы обострения (тонзиллэктомия, аденэктомия, острое хирургическое заболевание и пр.). На учет берутся только заболевания, возникновение которых связано со снижением неспецифической иммунорезистентности организма.</p>

	С целью совершенствования физкультурно-оздоровительной работы с ослабленными и часто болеющими детьми разработана система комплексного оздоровления детей, в основу которой взяты положения из авторской программы физкультурно-оздоровительной направленности (В.Г. Алямовской), где предусматривается профилактическая, развивающаяся и реабилитационная направленность.
Взаимодействие с семьями воспитанников	

### Часть организационного раздела, формируемая участниками образовательного процесса

<b>Организационный раздел</b>	
Создание условий организации оздоровительных режимов дня	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация режима дня в соответствии с индивидуальными особенностями</li> <li>2. Стереотипно повторяющиеся режимные моменты : время приема пищи, дневной сон и т.д.</li> <li>3. Полная реализация следующей тирады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.</li> <li>4. Достаточный по продолжительности дневной сон</li> <li>5. Организация режима дня в соответствии с сезонными особенностями.</li> <li>6. Санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями (законными представителями) обучающихся.</li> </ol> <p>В образовательной организации разработаны следующие виды режимов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– На теплое время года.</li> <li>– На холодное время года.</li> <li>– При плохой погоде.</li> <li>– Рекомендации к щадящему режиму дня.</li> </ul>
Система эффективного закаливания	<p><b>Основные факторы закаливания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Закаливающее воздействие вписывается в каждый элемент режима дня.</li> <li>– Закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности.</li> <li>– Закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей, на физкультуре, в плавательном бассейне, других режимных моментах</li> <li>– Закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.</li> <li>– Постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.</li> </ul> <p><b>В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Соблюдение температурного режима в течение дня.</li> <li>– Правильная организация прогулки и ее продолжительность.</li> <li>– Соблюдение сезонной одежды во время прогулки с учетом индивидуального состояния здоровья детей.</li> <li>– Облегченная одежда в детском саду.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Сон в трусах.</li> <li>– Обширное умывание.</li> <li>– Сон при открытом окне.</li> <li>– Воздушные ванны.</li> <li>– Босоножье.</li> <li>– Полоскание рта настоями трав и (или) прохладной водой.</li> </ul>
Полноценное питание	<p>Принципы организации питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Выполнение режима питания.</li> <li>– Гигиена приема пищи.</li> <li>– Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания.</li> <li>– Эстетика организации питания.</li> <li>– Индивидуальный подход к детям во время питания.</li> <li>– Правильность расстановки мебели.</li> </ul>
Материально-технические условия	<p><b>Кадровый ресурс:</b> В образовательной организации имеется:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– инструктор по физической культуре,</li> <li>– врач,</li> <li>– медицинская сестра.</li> </ul> <p><b>Оснащение:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– музыкально-спортивный зал</li> <li>– спортивная площадка</li> <li>– медицинский кабинет</li> <li>– процедурный кабинет</li> </ul>