

Утверждено

И.о.заведующего  
ГБДОУ детским садом № 64  
комбинированного вида  
Невского района  
Санкт-Петербурга  
(Е.В.Тимофеева)  
Приказ от 31.08.2020 № 154



### Система оздоровительной работы ГБДОУ № 64

№ п/п	Разделы и направления работы	Формы работы
1	Использование вариативных режимов	<ul style="list-style-type: none"><li>• Режим дня (холодный период года)</li><li>• Режим дня (теплый период года)</li><li>• Щадящий режим</li><li>• Режим дня на случай карантина</li></ul>
2	Создание комфортного климата в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"><li>• Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности</li><li>• Личностно-ориентированная модель взаимодействия педагогов и специалистов с детьми</li><li>• Формирование основ коммуникативной деятельности у детей</li><li>• Психологическое сопровождение детей в адаптационный период</li></ul>
3. Разнообразные виды организации режима двигательной активности		
3.1.	Регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"><li>• Утренняя гимнастика</li><li>• Физкультминутки</li><li>• Физкультурные занятия в зале</li><li>• Физкультурные занятия в бассейне</li><li>• Спортивные праздники</li></ul>
3.2.	Частично-регламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"><li>• Подвижные игры на воздухе и в помещении</li><li>• Спортивные досуги</li><li>• Дни здоровья</li><li>• Спортивные упражнения на воздухе</li></ul>

3.3	Нерегламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке</li> </ul>
4.	Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья</li> <li>• Словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений навыков здорового образа жизни</li> <li>• Формирование основ безопасного поведения и безопасности жизни</li> </ul>
5. Оздоровительные и профилактические мероприятия		
5.1.	Повышение неспецифической резистентности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Профилактика ЛОР - заболеваний</li> <li>• Нормализация функций центральной нервной системы (соблюдение режима дня, музыкотерапия, психологическое сопровождение)</li> <li>• Соблюдение санитарно-гигиенических условий (температура, освещённость и т.д.)</li> </ul>
5.2.	Общеукрепляющие мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обширное умывание в тёплый период года</li> <li>• Сон с доступом свежего воздуха</li> <li>• Удлинённое время прогулки и сна в летний период года</li> <li>• Витаминизация</li> <li>• Подбор оптимальной слойности одежды при различных температурах воздуха в группе, физкультурных и музыкальных занятиях, на улице</li> <li>• Режим сквозного и одностороннего проветривания</li> <li>• Световоздушные и солнечные ванны</li> <li>• Бассейн</li> </ul>
6.	Организация питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами.</li> <li>• Кисломолочные и бифидопродукты. Соки</li> </ul>