

СОГЛАСОВАНО

Врач



Л.Ю. Хриштакян

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 36/3 от 16.06.2016 г.  
Заведующий ГБДОУ д/с № 28  
О.Г. Быстрова



## Индивидуальный режим дня после перенесенного острого заболевания памятка

1. Осмотр врачом в день выписки.
2. Восстановительные процедуры по индивидуальным показаниям.

### Перенесенные заболевания:

***ОРВИ, грипп, острый отит, аденоидит, ветряная оспа, краснуха, коклюш.***

- ✓ м/о от утренней гимнастики на одну неделю, со второй недели число повторений упражнений уменьшить в два раза;
- ✓ снижение образовательной нагрузки на одну неделю;
- ✓ м/о от закаливающих процедур на одну неделю, со второй постепенное прибавление времени и интенсивности;
- ✓ м/о от занятий физкультурой две недели, ритмикой две недели; в зимнее время м/о от занятий физкультурой на улице на три недели;
- ✓ подъем после дневного сна в последнюю очередь.

### Перенесенные заболевания:

***Острый бронхит, острая пневмония, скарлатина, паротит***

- ✓ м/о от утренней гимнастики 1,5 недели; со второй недели число повторений упражнений уменьшить в два раза;
- ✓ снижение образовательной нагрузки две недели;
- ✓ м/о от закаливающих процедур на 1 месяц; с третьей недели постепенное прибавление времени и интенсивности;
- ✓ м/о от занятий физкультурой три недели, ритмикой две недели; в зимнее время м/о от занятий физкультурой на улице на один месяц;
- ✓ подъем после дневного сна в последнюю очередь.