

**Департамент образования и науки
Тюменской области**
Государственное автономное образовательное
учреждение Тюменской области
дополнительного профессионального образования
«Тюменский областной государственный институт
развития регионального образования»
(ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»)
Советская ул., д.56, Тюмень, 625000
Тел./факс: (3452)39-02-27
E-mail: info@togirro.ru; <http://www.togirro.ru>
ОКПО 44715645/ ОГРН1037200575653
ИНН 7202068371 /КПП 720301001

Руководителям муниципальных
органов управления образованием
Руководителям образовательных
организаций
Родителям / законным
представителям участников смен

«01» июня 2021 г. № 556

Уважаемые коллеги!

Тюменский областной государственный институт развития регионального образования в рамках выполнения государственного задания в 2021 году организует и проводит Губернаторские профильные смены (школы) на базе АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» (пос. Верхний Бор, 9-й км. Салаирского тр.).

Сроки проведения смен на базе АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»:
- 2 смена с **29.06.2021 - 12.07.2021 г.**;
- 3 смена с **15.07.2021 - 28.07.2021 г.**

При заезде в лагерь каждому участнику при себе необходимо иметь:

1. санаторно-курортная карта (форма 076-у) с указанием диагноза, диспансерного наблюдения, результатов анализов, отметкой о вакцинации согласно национальному календарю прививок (гепатит В, туберкулез, пневмококковая инфекция, дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит, гемофильная инфекция, краснуха, эпидемический паротит, корь, ежегодно – грипп. Вакцинация и ревакцинация по прививочному календарю. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 21.03.2014 № 125-н), годна в течение месяца;
2. справка для посещения бассейна с отметкой врача;
3. справка из амбулаторно-поликлинического учреждения по месту жительства об отсутствии контакта с инфекционными больными, в том числе по коронавирусной инфекции, за последние 21 день, выписанную не ранее чем за три дня до начала смены;
4. копия страхового медицинского полиса;
5. копия свидетельства о рождении/паспорта;
6. обязательство от родителей (законных представителей) (Приложение 1);
7. информированное добровольное согласие родителей (законных представителей) на медицинское вмешательство (Приложение 2);
8. согласие на обработку персональных данных (Приложение 3);
9. согласие на обработку персональных данных в страховую компанию (Приложение 4);
10. заявление родителей (законных представителей) на размещение фотографий и видеосюжетов с участием ребёнка на страницах сети Интернет, использование в рекламной продукции, о получении памятки пользования сотовыми телефонами и интернет технологиями (Приложение 5);

11. согласие родителей (законных представителей) на психологическую диагностику (Приложение 6);
12. согласие родителей на закаливающие процедуры (Приложение 7).

Обращаем ваше внимание на то, что отряды и профильные группы будут сформированы согласно достижениям участника, по предметам.

Первый день смены является днем заезда. Последний день смены – день отъезда.

Путевка участникам смен не выдается, а предоставляется в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор».

Информация по организации заезда в лагерь будет направлена позднее.

Справки по телефонам: 8 (3452)68-57-62 или по электронной почте dar@togirro.ru

С уважением,
Проректор



Н.Г. Милованова

ОБЯЗАТЕЛЬСТВО

Я, _____,
ФИО полностью

проживающий(ая) по адресу: _____,

адрес проживания/прописки

являюсь отцом (матерью) несовершеннолетнего (ей) _____

ФИО, число, месяц, год рождения

✓ Настоящим сообщаю, что мой сын (дочь) не употребляет наркотических сильнодействующих психотропных медицинских веществ и токсических средств, не имеет алкогольной зависимости, не имеет табачной зависимости, не склонен (не склонна) к хищению чужого имущества, нарушению общественного порядка, не является членом неформального антиобщественного объединения, не судим (не судима) и не склонен (не склонна) к иным противоправным антиобщественным проявлениям _____

подпись

✓ Я согласен(а) с Положением о порядке оказания услуг по отдыху и оздоровлению в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» _____

подпись

✓ Я гарантирую соблюдение мной и моим сыном (дочерью) Правил внутреннего распорядка обучающихся (далее – Правил) и Положения о порядке оказания услуг по отдыху и оздоровлению (далее – Положение) в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор», нормальное поведение моего сына (дочери), исполнение правил техники безопасности и пожарной безопасности, санитарно-гигиенических норм, исполнение законных требований. С возможностью применения по отношению к моему (моей) сыну (дочери) мер пресечения правонарушений несовершеннолетних в соответствии с нормами законодательства Российской Федерации ознакомлен (а)

подпись

✓ В случае нарушения моим сыном (дочерью) вышеуказанных Правил и Положения обязуюсь оплатить стоимость проезда моего сына (дочери) от места дислокации до места постоянного проживания, а также стоимости проезда сопровождающего туда и обратно _____

подпись

✓ Подтверждаю, что ознакомлен с Уставом, локальными нормативно-правовыми актами АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»

✓ Подтверждаю, что ознакомлен с Порядком приема и размещения граждан в организациях отдыха детей и их оздоровления Тюменской области (далее – Порядок) с целью снижения рисков заболеваемости детей и организаторов детского отдыха в период распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) _____

подпись

✓ По результатам рассмотрения вышеуказанных документов о пребывании моего ребенка в Организации, представителем Организации в доступной для меня форме разъяснены правила и возможность пребывания моего ребенка на территории Организации, после чего я выражаю свое согласие на его нахождение в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор». В том числе, я проинформирован, мне разъяснено, что в случае необходимости, при проявлении у моего ребенка, признаков заболевания, он будет изолирован в медицинское учреждение, возможно госпитализирован. В случае контакта моего ребенка с человеком, имеющим подозрение на заболевание новой коронавирусной инфекцией, мой ребенок может находиться в карантине и ему с профилактической целью может быть назначено применение рекомбинантного интерферона альфа-2b интраназально (гриппферон) _____

подпись

✓ Я подтверждаю, что по месту жительства и в семье отсутствуют больные и контакты с больными новой коронавирусной инфекцией _____

подпись

✓ Я подтверждаю, что в течение 30 дней мой ребенок и члены моей семьи не посещали зарубежные страны и другие регионы РФ _____

подпись

✓ Я подтверждаю, что в случае обнаружения новой коронавирусной инфекции у людей, находившихся в контакте с моим ребенком до его отъезда в Организацию, незамедлительно проинформирую об этом Организацию по телефону: 8 (3452) 77 20 51 _____

подпись

✓ Я добровольно сообщаю индивидуальные особенности ребёнка, привычки, зависимости, перечень принимаемых лекарств _____

« _____ » _____ 2021 г. _____ /ФИО _____
подпись

Контактный телефон _____

Приложение №3
к приказу департамента
здравоохранения Тюменской области
« 17 » января 2013г. № 22

**Информированное добровольное согласие на медицинские вмешательства для
получения первичной медико-санитарной, неотложной и скорой медицинской
помощи в период пребывания в оздоровительной организации**

Я, _____
Ф.И.О. одного из родителей, опекуна, иного законного представителя

« _____ » _____ г. рождения

Проживающий (-ая) по адресу: _____
адрес одного из родителей, опекуна, попечителя, иного законного
представителя

контактный телефон

Даю добровольное информированное согласие на проведение медицинских вмешательств
моему ребенку

Ф.И.О. ребенка, от имени которого, выступает законный представитель

« _____ » _____ г. рождения, чьим законным

представителем я являюсь,
Проживающего по адресу: _____
фактический адрес проживания ребенка

При оказании первичной медико-санитарной, неотложной и скорой медицинской
помощи в оздоровительной и медицинской организации, в том числе при
подозрении на новую коронавирусную инфекцию (COVID 19).

Я ознакомлен с перечнем видов медицинских вмешательств, на которые граждане
дают информированное добровольное согласие для получения первичной медико-
санитарной помощи в доступной для меня форме, а также уведомлен в том, что при
оказании неотложной и скорой медицинской помощи я буду информирован по
указанному выше телефону. В случае невозможности связаться со мной и при
возникновении угрозы жизни моему ребенку, решение об объеме и виде
медицинского вмешательства определяют врачи оздоровительной и медицинской
организации.

В доступной для меня форме мне даны разъяснения о целях, порядке оказания
медицинской помощи с учетом предупреждения распространения новой
коронавирусной инфекции (COVID 19).

В случае моего отсутствия уполномочиваю присутствовать при оказании
медицинской помощи моему ребенку, чьим законным представителем я являюсь,
медицинскому работнику оздоровительной организации.

Информированное добровольное согласие действительно на срок пребывания
ребенка в оздоровительной организации с «__» ____ 20__ г. до «__» ____ 20__ г.

подпись

Ф.И.О. одного из родителей, опекуна, попечителя, иного законного представителя

подпись

Ф.И.О. уполномоченного лица оздоровительной организации

« _____ » _____ 20__ г.

Дата оформления добровольного информированного согласия

Перечень

видов медицинских вмешательств, на которые граждане дают информированное добровольное согласие для оказания медицинской помощи при организации отдыха детей:

1. Опрос, с выявлением жалоб, сбора анамнеза, уточнением эпидемиологического анамнеза.
2. Осмотр, в том числе пальпация, перкуссия, аускультация, риноскопия, фарингоскопия, непрямая ларингоскопия.
3. Антропометрические исследования, спирометрия, динамометрия, измерение массы тела и его длины.
4. Термометрия бесконтактная.
5. Тонометрия.
6. Неинвазивные исследования органа зрения и зрительных функций.
7. Неинвазивные исследования органа слуха и слуховых функций.
8. Исследование функций нервной системы (чувствительной и двигательной сферы).
9. Лабораторные методы обследования, в том числе клинические, биохимические, бактериологические, вирусологические, иммунологические.
10. Функциональные методы обследования, в том числе электрокардиография, суточное мониторирование артериального давления, суточное мониторирование электрокардиограммы, спирография, пневмотахометрия, пикфлоуметрия, реоэнцефалография, электроэнцефалография, кардиотокография (для беременных).
11. Рентгенологические методы обследования, в том числе флюорография (для лиц старше 15 лет) и рентгенография, ультразвуковые исследования, доплерографические исследования.
12. Введение лекарственных препаратов по назначению врача, в том числе: внутрь, внутримышечно, внутривенно, подкожно, внутривожно.
13. Медицинский массаж.
14. Лечебная физкультура.

СОГЛАСИЕ
на использование и обработку персональных данных

Я, _____,

паспорт _____ выдан _____
ФИО родителя или законного представителя
серия номер когда, кем

в случае опекуинства / попечительства указать реквизиты документа, на основании которого осуществляется опека или попечительство

являющийся родителем (законным представителем) _____
адрес проживания
фамилия, имя, отчество ребенка
паспорт _____ (свидетельство о рождении) _____, выдан _____
серия номер когда, кем

адрес проживания

на основании Семейного кодекса РФ и Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» даю согласие на обработку своих персональных данных и персональных данных ребенка (далее – Ребенок) АНО ООЦ СТ «Серебряный бор», расположенной по адресу: 625043, г.Тюмень, п.Верхний бор, 9 км Салаирского тракта 1, в связи с направлением Ребенка в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» для отдыха и/или оздоровления по реализуемым АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» программам.

Перечень своих персональных данных, на обработку которых даю согласие: фамилия, имя, отчество, серия и номер паспорта, сведения о выдаче паспорта, включая дату выдачи и код подразделения, место регистрации и место фактического проживания, номер домашнего и служебного телефона, мобильного телефона, место работы, занимаемая должность, дополнительные данные, которые я сообщил(а) в заявлении, договоре, других заполняемых мною документах.

Перечень персональных данных Ребенка, на обработку которых даю согласие: фамилия, имя, отчество, школа, класс, место регистрации и место фактического проживания, дата регистрации по месту проживания, дата рождения, место рождения, серия и номер паспорта (свидетельства о рождении), сведения о выдаче паспорта (свидетельства о рождении), включая дату выдачи и код подразделения, серия и номер миграционной карты, вида на жительство, разрешения на временное проживание, телефон, адрес электронной почты, результаты участия Ребенка в различных олимпиадах, смотрах, конкурсах, соревнованиях и т.п., сведения о состоянии здоровья, дополнительные данные, которые я сообщил(а) в заявлении, договоре, других заполняемых мною документах.

Вышеуказанные персональные данные предоставлены с целью: надлежащего оказания АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» услуг по организации отдыха и/или оздоровления в рамках заключенного договора, а также иных услуг, не противоречащих Уставной деятельности АНО ООЦ СТ «Серебряный бор».

С вышеуказанными персональными данными могут быть совершены следующие действия: сбор, систематизация, накопление, автоматизированная обработка, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передача вышеуказанных данных по запросу страховой компании в целях страхования жизни и здоровья Ребенка, ГИБДД УМВД по Тюменской области в целях сопровождения организованных групп детей, по письменному запросу уполномоченных органов, организаций, должностных лиц, обезличивание и уничтожение персональных данных.

Я даю согласие на передачу всего объема персональных данных: в архив АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»; транспортным компаниям; страховым компаниям; медицинским и лечебным организациям и учреждениям; иным юридическим и физическим лицам – исключительно для нужд обеспечения участия Ребенка в программах (**при обязательном условии** соблюдения конфиденциальности персональных данных), реализуемых АНО ООЦ СТ «Серебряный бор», а также на блокирование и уничтожение персональных данных.

Я согласен(-сна), что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых.

Данное согласие действует с даты заключения договора на оказание услуг с АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» и на срок хранения документов в соответствии с архивным законодательством.

Я оставляю за собой право отозвать настоящее согласие, письменно уведомив об этом АНО ООЦ СТ «Серебряный бор». В случае получения моего письменного заявления об отзыве настоящего согласия АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» обязана прекратить обработку или обеспечить прекращение обработки персональных данных и уничтожить или обеспечить уничтожение персональных данных в срок, не превышающий 30 дней с даты поступления указанного отзыва. Об уничтожении персональных данных АНО ООЦ СТ «Серебряный бор» обязана уведомить меня в письменной форме, в том числе посредством электронной почты.

« ____ » _____ 20__ г. _____ / _____
Подпись *Фамилия, инициалы*

СОГЛАСИЕ

В соответствии с Федеральным законом РФ №152-ФЗ от 27.07.2006 «О персональных данных»,

Я, _____,
(ФИО законного представителя полностью)

Паспорт _____, выданный _____,
(серия, номер) (кем и когда)

проживающий по адресу: _____,

дата рождения: _____, контактный телефон: _____,
(число/месяц/год)

являясь законным представителем:

_____ (ФИО ребенка полностью)

Свидетельство о рождении _____, выданное _____,
(серия, номер) (кем и когда)

проживающего по адресу :

дата рождения: _____,
(число/месяц/год)

даю согласие на обработку нижеуказанным оператором предоставленных мною персональных данных моего ребенка, с целью ведения регистра застрахованных, оплаты оказанной моему ребенку медицинской помощи и осуществления контроля над её объемом и качеством, а также с целью защиты прав моего ребенка в области добровольного медицинского страхования.

Оператор:

Публичное акционерное общество Страховая Компания «Росгосстрах» (ПАО СК «РОСГОССТРАХ», далее - Общество), юридический адрес Головного офиса: 140002, РФ, Московская область, г. Люберцы, ул. Парковая, д.3

Персональные данные моего ребенка, в отношении которых дано согласие, включают:

Фамилия; имя; отчество; пол; дата рождения; данные свидетельства о рождении; адрес проживания; сведения о месте учебы; сведения о состоянии здоровья, диагнозе, факте обращения за медицинской помощью, месте оказания медицинской помощи, виде, условиях и стоимости лечения.

Перечень действий с персональными данными, в отношении которых дано согласие, включает:

- обработку персональных данных моего ребенка неавтоматизированным и автоматизированным способом;
- обработку, включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передачу партнерам – медицинским и иным учреждениям, с которыми у Оператора имеются договорные отношения об оказании медицинской помощи и иных услуг застрахованным), обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных моего ребенка, получение персональных данных моего ребенка от партнеров Оператора.

Условием прекращения обработки персональных данных является расторжение договора страхования и получение Обществом моего письменного уведомления об отзыве согласия на обработку персональных данных моего ребенка.

Согласие действует на период действия договора добровольного медицинского страхования, заключенного в отношении моего ребенка страхователем, и на протяжении 3 лет после его прекращения в соответствии с общим сроком исковой деятельности, установленным Гражданским кодексом РФ.

Подпись законного представителя _____ (_____)
расшифровка подписи законного представителя

« _____ » _____ 20 ____ года

Директору
АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»
Д.А. Данилову

Заявление

Я, родитель (законный представитель)

в соответствии со ст. 125.1 Гражданского кодекса РФ выражаю свое согласие на размещение фотографий и видеосюжетов с участием моего ребёнка в игровых и режимных моментах во время нахождения детей

в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор», Тюменская область, г. Тюмень, п. Верхний бор, 9 км. Салаирского тракта

и на иных мероприятиях, на следующих страницах сети Интернет:

1. официальный сайт <http://www.silver-forest.ru>;
2. страница социальной сети «В контакте» <https://vk.com/clubsilverbor> https://vk.com/tmn_ok
3. страница социальной сети «Instagram» https://www.instagram.com/silver_bor/
4. страница на Youtube https://www.youtube.com/channel/UCNMGVwSqYp037a_3mYybYxQ/featured

а также использовать в рекламной, в том числе печатной, продукции АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»

« ____ » _____ 20__ года

Подпись родителя (законного представителя)

Я получил (а) правила и памятку пользования мобильной связью, сотовыми телефонами и интернет технологиями обучающихся/отдыхающих в АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»

« ____ » _____ 20__ года

Подпись родителя (законного представителя)

Согласие родителей (законных представителей) на психологическую диагностику

Я, _____
ФИО родителя (законного представителя)

согласен (согласна) не согласен (не согласна) на психологическую диагностику моего ребенка

(ФИО ребенка)

Психологическая диагностика ребенка на смене включает в себя следующий перечень диагностических методик (отметьте знаком «+» те методики, на которые Вы даете свое согласие):

- въездная анкета «Знакомство»
- психометрический тест С. Деллингера
- тест «Я в круге» на выявление уровня психологической комфортности в группе
- анкета «Комфортно ли ребенку в лагере»
- проективная методика «Мой отряд»
- методика «Дерево» Л.П. Пономаренко для оценки адаптации ребенка к лагерю
- выездная анкета «До новых встреч»

« _____ » _____ 20__ г.

подпись

расшифровка подписи

Типовой перечень психологических диагностических методик, реализуемый в рамках оздоровительно-образовательных смен в АНО «ООЦ СТ «Серебряный бор»

- Въездная анкета «Знакомство»;
- Психометрический тест С.Деллингера на определение типа личности ребенка;
- Тест «Я в круге» на выявление уровня психологической комфортности в группе;
- Анкета «Комфортно ли ребенку в лагере»;
- Проективная методика «Мой отряд»;
- Методика «Дерево» Л.П.Пономаренко для оценки адаптации ребенка к лагерю;
- Выездная анкета «До новых встреч».

**Согласие родителей (законных представителей) на проведение
закаливающих процедур**

Я, _____
ФИО родителя (законного представителя)
согласен (согласна)/не согласен (не согласна) на проведение закаливающих процедур моего
ребенка _____
(ФИО ребенка)

Закаливание – это комплекс мероприятий, направленных на укрепление защитных сил организма, а также на повышение адаптации к условиям внешней среды.

Закаливание ребёнка на смене включает в себя следующие виды деятельности (отметьте знаком «+», те виды деятельности, на которые Вы даёте свое согласие):

Закаливание водой.

- Контрастное умывание водой. При контрастном умывании происходит чередование умывания прохладной и теплой водой 5-10 раз.
- Купание в бассейне в соответствии с графиком процедур. Начальная температура воды в бассейне +30 градусов, после первой недели пребывания температура снижается на 1 градус. После посещения бассейна и принятия душа, дети растирают кожу сухим полотенцем до легкого покраснения с целью улучшения микроциркуляции кожи.
- Игры с водой – «Обливашки». Игры проводятся на улице при солнечной погоде и температуре воздуха от +25 градусов.

Закаливание воздухом.

- Воздушные ванны (прогулки в дневные часы при t воздуха не ниже 18 градусов). Воздушные ванны начинаются с первых дней пребывания. Воздушные ванны сочетаются с подвижными играми, физическими упражнениями, туристическими выходами, общественно полезным трудом.
- Гимнастики после сна и перед сном, дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика.
- Вариативные комбинированные зарядки перед завтраком на свежем воздухе: игровая зарядка, беговая зарядка - оздоровительный бег в чередовании с ходьбой, скандинавская ходьба, спортивная зарядка, силовая зарядка, мягкий фитнес, продолжительность зарядок 15 - 20 минут.
- Танцевальные минутки продолжительностью 10-15 минут перед приемами пищи на свежем воздухе.
- Катание детей на плавательных средствах (моторной лодке, катамаранах, байдарках, яхтах).
- Проветривание помещения перед сном. Оптимальная температура воздуха в помещении 18-20 градусов.

Закаливание солнцем.

- Солнечные ванны (в дневные часы при солнечной погоде и температуре воздуха +18...+25 градусов). Солнечные ванны организуются на специально оборудованной площадке - пляжная зона, с обязательным медицинским сопровождением. Дети младшего возраста начинают процедуру с 2-3 минут, дети среднего и старшего возраста – с 5 минут, постепенно процедура увеличивается во времени до 30-50 минут. Наличие головного убора обязательно.

Закаливание ног (стоп).

- Босохождение по дорожкам здоровья. Проводится непосредственно перед приемом водных процедур. Дети прогуливаются, опираясь на всю стопу по ребристой резиновой дорожке с переходом на легкий бег.

« ___ » _____ 20___ г.

_____ / _____
подпись

_____ / _____
расшифровка подписи

Типовой перечень закаливающих процедур, реализуемый в рамках оздоровительно-образовательных смен АНО ООЦ СТ «Серебряный бор»

Проведение закаливающих процедур (водные, воздушные и солнечные ванны) осуществляется под контролем медицинских работников. Закаливание начинают после адаптации детей в оздоровительном учреждении, проводится систематически, постепенно увеличивая силу закаливающего фактора.

Закаливание водой.

- Контрастное умывание водой. При контрастном умывании происходит чередование умывания прохладной и теплой водой 5-10 раз.
- Купание в бассейне в соответствии с графиком процедур. Начальная температура воды в бассейне +30 градусов, после первой недели пребывания температура снижается на 1 градус. После посещения бассейна и принятия душа, дети растирают кожу сухим полотенцем до легкого покраснения с целью улучшения микроциркуляции кожи.
- Игры с водой – «Обливашки». Игры проводятся на улице при солнечной погоде и температуре воздуха от +25 градусов.

Закаливание воздухом.

- Воздушные ванны (прогулки в дневные часы при t воздуха не ниже 18 градусов). Воздушные ванны начинаются с первых дней пребывания. Воздушные ванны сочетаются с подвижными играми, физическими упражнениями, туристическими выходами, общественно полезным трудом.
- Гимнастики после сна и перед сном, дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика.
- Вариативные комбинированные зарядки перед завтраком на свежем воздухе: игровая зарядка, беговая зарядка - оздоровительный бег в чередовании с ходьбой, скандинавская ходьба, спортивная зарядка, силовая зарядка, мягкий фитнес, продолжительность зарядок 15 - 20 минут.
- Танцевальные минутки продолжительностью 10-15 минут перед приемами пищи на свежем воздухе.
- Катание детей на плавательных средствах (моторной лодке, катамаранах, байдарках, яхтах).
- Проветривание помещения перед сном. Оптимальная температура воздуха 18-20 градусов.

Закаливание солнцем.

- Солнечные ванны (в дневные часы при солнечной погоде и температуре воздуха +18...+25 градусов). Солнечные ванны организуются на специально оборудованной площадке - пляжная зона, с обязательным медицинским сопровождением. Дети младшего возраста начинают процедуру с 2-3 минут, дети среднего и старшего возраста – с 5 минут, постепенно процедура увеличивается во времени до 30-50 минут. Наличие головного убора обязательно.

Закаливание ног (стоп).

- Босохождение по дорожкам здоровья. Проводится непосредственно перед приемом водных процедур. Дети прогуливаются, опираясь на всю стопу по ребристой резиновой дорожке.