



СТРАНА
ЖЕЛЕЗНЫХ
ДОРОГ

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ В ДОЛ «Солнечный»

2025

Девиз нашего детского оздоровительного лагеря «Солнечный»:
**«Здоровые дети – здоровая семья.
Здоровая семья – здоровая страна».**



Комплексная программа оздоровления детей в ДОЛ
«Солнечный» охватывает все компоненты здоровых привычек –
здоровое питание, спорт, психологическое здоровье, программы для
развития навыков и интеллекта.



Основные проводимые мероприятия в лагере направлены на формирование здорового образа жизни у ребенка:

- Режим дня начинается с утренней зарядки.
- 6-разовое сбалансированное меню, основанное на свежих и натуральных продуктах.
- Обучение в виде лекций-презентаций, просмотра видеофильмов на тему здорового и правильного питания.
- Формирование гигиенических навыков и здоровых привычек.
- Активный отдых и творческие занятия.
- Медицинское сопровождение: в лагере работают врач-педиатр, средний медицинский персонал, инструктор ЛФК, психолог. Все дети получают курсы из следующих медицинских процедур: ручной массаж, соляная пещера (спелеокамера), кислородный коктейль, лечебная гимнастика, закаливающие процедуры, физиопроцедуры по назначению врача.
- Психологическая поддержка (психологические тренинги и групповые занятия), индивидуальный подход.
- Сотрудничество с родителями.
- В лагере созданы все условия для безопасного пребывания детей, включая соблюдение правил техники безопасности, проведение инструктажей и обучение «Безопасное детство» в игровых формах.

