

**План оздоровительных мероприятий
в дошкольных группах
на период
с 01.10.2024 – 31.05.2025 уч. год.**

1	Утренняя гимнастика в музыкальном зале в младших и средних группах, утренняя гимнастика на воздухе с использованием оздоровительного бега в старших и подготовительных группах	ежедневно
2	Глубокое умывание после зарядки (лицо, руки до локтя, шея), температура воды 18-20 градусов	ежедневно
3	Закаливающие процедуры: полоскание горла после завтрака морской солью (1 ст. ложка на 1 л воды, на полоскание ребенку 1/3 стакана, температура воды 20 градусов) в дошкольных группах	ежедневно
4	Самостоятельная двигательная деятельность в перерывах между организованной образовательной деятельностью	ежедневно
5	Физкультурные занятия (1 на улице)	3 раза в неделю
6	Оздоровительные гимнастики (корректирующие и дыхательные) после дневного сна в дошкольных группах	ежедневно в группах
7	Прогулки с включением подвижных игр	ежедневно, 2 раза в день

УТВЕРЖДЕНО
приказом МДОУ
«Сланцевский
детский сад № 5»
от 01.06.2024 №14

**План оздоровительных мероприятий
в дошкольных группах
на летний период
с 01.06.2024– 31.08.2024 год**

1	Утренняя гимнастика на свежем воздухе	ежедневно
2	Глубокое умывание после утренней гимнастики (лицо, руки до локтя, шея), температура воды 18-20 градусов	ежедневно
3	Подвижные игры на прогулке	ежедневно
4	Физкультурные занятия на улице	3 раза в неделю
5	Организация закаливающих процедур на улице в плескательном бассейне при температуре не ниже 22 градусов. Организация водных закаливающих процедур в группах при температуре воздуха ниже 22 градусов	ежедневно

