

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Барбинский детский сад»**

Утверждаю:  
Заведующая МБДОУ «Барбинский д/с»  
Бакурина В.Н.  
Приказ № 46 от 30.08.2023г.

**План мероприятий по укреплению здоровья воспитанников  
на 2023-2024 учебный год**

Содержание	Сроки	Ответственные
1.Создание необходимых условий: - тепловой режим - санитарное состояние - сбалансированное питание - питьевой режим - проветривание - прогулка - полноценный сон	систематически в течение года	Поборская Е.А. Бакурина В.Н.
2. Проведение закаливающих процедур: - световоздушные и солнечные ванны в теплый период времени - босохождение - массаж стоп - сон без маек - полоскание горла	2 раза в неделю	Поборская Е.А. Бакурина В.Н.
3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия: Совместная деятельность - подвижные игры и игровые упражнения на воздухе и в помещении; - бодрящая гимнастика после сна; - динамические переменки; - спортивные праздники; - физкультурный и музыкальный досуг; - утренняя гимнастика; - физкультминутки; - пальчиковая гимнастика. Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке.	в течение года	Поборская Е.А. Бакурина В.Н.
4.Спортивные праздники: - «Веселые соревнования» - Спортивный досуг «Приключения в заколдованном лесу» - «Зимние забавы» - «Веселая эстафета»	сентябрь декабрь  февраль апрель	Поборская Е.А. Бакурина В.Н.
5. Система работы с детьми по формированию знаний о здоровом образе жизни: - развитие представлений и навыков здорового образа жизни - формирование основ безопасной жизнедеятельности - воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков	в течение года	Поборская Е.А. Бакурина В.Н.