

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

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ «Барбинский д/с»
_____ Бакурина В.Н.
Приказ № 54 от 20.08.2024г.

**План мероприятий по укреплению здоровья воспитанников на
2024-2025 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 перемены; - 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.

<p>4. Спортивные праздники:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Веселые соревнования» - Спортивный досуг «Приключения в заколдованном лесу» - «Зимние забавы» - «Веселая эстафета» 	<p>сентябрь декабрь</p> <p>февраль апрель</p>	<p>Поборская Е.А. Бакурина В.Н.</p>
<p>5. Система работы с детьми по формированию знаний о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие представлений и навыков здорового образа жизни - формирование основ безопасной жизнедеятельности - воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков 	<p>в течение года</p>	<p>Поборская Е.А. Бакурина В.Н.</p>