



«Согласовано»

Старший медсестра

Зиганшина Г.Р.

«27» мая 2025 г.

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 117 «Уенчык»

«Утверждаю»

Гаврилова Л.А.

«27» мая 2025 г.

ПЛАН ОЗДОРОВЛЕНИЯ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№ П/П	Оздоровительные мероприятия	Особенности организации
1.	Прием детей на воздухе	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	Ежедневно, 6-10 минут
3.	Гимнастика после сна	Ежедневно
4.	Физминутки и все виды гимнастик: для глаз, пальчиковая, дыхательная, артикуляционная.	Ежедневно
5.	Дневной сон при открытых фрамугах, избегая сквозняка	Ежедневно, при теплой погоде
6.	Воздушно – солнечные ванны	Начиная с 5 минут до 15 минут при теплой и солнечной погоде
7.	Влажное обтирание	С согласия родителей
8.	Умывание водой: лицо, шея, руки до локтя, ноги.	Ежедневно
9.	Игры с водой	При теплой погоде
10.	Воздушно – температурный режим: - в групповой комнате - в спальне	Ежедневно +21 °С, +24 °С +18 °С
11.	Сквозное проветривание	2 раза в день в отсутствии детей
12.	Одежда в группе и на улице	Облегченная
13.	Двигательная разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5-10 минут
14.	ООД (ФИЗО, МУЗО)	Ежедневно на воздухе
15.	Подвижные игры и физические упражнения на воздухе	Ежедневно
16.	Хожение босиком по тропе здоровья	Ежедневно, при теплой погоде