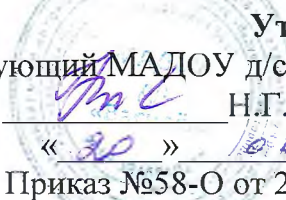


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Василек» муниципального образования «Ладушкинский городской округ»

**Утверждено:**
Заведующий МАДОУ д/с «Василек»
Н.Г.Кононенко
« 30 » 08 2021 г.
Приказ №58-О от 20.08.2021г.

План мероприятий МАДОУ д/с «Василёк» по здоровому образу жизни и двигательной активности дошкольников

Согласовано:

на заседании педагогического совета №1
МАДОУ д/с «Василек»
от « 30 » 08 2021г.

№	Содержание	Периодичность выполнения	Время
1	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, игры забавы.	Ежедневно несколько раз в день	В течение года
2	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	В течение года
3	Профилактика гриппа - гриппол	Однократно	В осенний период Сентябрь-октябрь (мед. сестра)
4	Ароматизация помещений (чесночные бусы)	В течение дня ежедневно	Октябрь-ноябрь
5	Подбор в группах комнатных растений способствующих очищению и оздоровлению воздуха	Постоянно	В течение года
6	Прогулки на воздухе	Ежедневно 2 раза в день	В течение года
7	Хождение босиком по дорожке здоровья	Ежедневно после сна	В течение года
8	Игры с водой Во время прогулки, во время занятий	Два раза в неделю	Летний оздоровительный период
9	Чай из шиповника	Один раз в 10 дней	В течение года
10	Витаминизация третьего блюда	Ежедневно	В течение года (пищеблок)
11	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий	Ежедневно	В течение года
12	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна.	Ежедневно	В течение года
13	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: - гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - физкультминутки	Ежедневно	В течение года
14	Праздники здоровья	2 раза в год	Осень, лето
15	Спортивные праздники	2 раза в год	Зима. весна
16	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Еженедельно	В течение года