

ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
МБДОУ ЦРР – ДС ст. Северской МО Северский район
на летний период 2023 года

№ п/п	мероприятия	май	июнь	июль	август	Время проведения
1	Индивидуальный режим для снижения физической и интеллектуальной нагрузки	+	+	+	+	в течение дня
2	Обширное умывание водой комнатной температуры	+	+	+	+	в течение дня
3	Оздоровительный бег	+	+	+	+	в течение дня
4	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе	+	+	+	+	в течение дня
5	Соблюдение воздушного режима: регулярное проветривание помещений, сквозное проветривание. Одежда детей, обеспечивающая тепловой комфорт	+	+	+	+	в течение дня
6	Кварцевание игрушек бактерицидными лампами	+	+	+	+	ежедневно
7	Ходьба по дорожкам «здоровья»	+	+	+	+	ежедневно
8	Сон без маечек		+	+	+	с 12.00 до 15.30 часов
9	Воздушные ванны		+	+	+	с 9.00 до 11.00 часов
10	Солнечные ванны		+	+	+	5 - 6 минут с 9.30 до 10.30ч.
11	Формирование	+	+	+	+	в течение дня

	культурно- гигиенических навыков					
12	Максимальная двигательная активность в течение дня	+	+	+	+	ежедневно

Директор



Г. И. Осокор