

***Физкультурно – оздоровительные и  
закаливающие мероприятия с детьми  
младшего дошкольного возраста в летний  
период.***

**Цель:** 1. Эффективно использовать благоприятное для укрепления здоровья детей время летнего отдыха;

2. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма;

3. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно – гигиенических и трудовых навыков.

**Составила:  
Воспитатель МДОУ «Д/С №30»  
Назарова Н.Ю.**

№ п/п	Мероприятия
1.	<b>Медико-оздоровительные мероприятия</b>
1.1.	Соблюдение питьевого режима, гигиена песочниц и участков, режима пребывания на солнце, графика проветривания помещений, правильной организации прогулки и ее длительность.
1.2.	Витаминации 3-го блока (соки, фрукты, ягоды).
1.3.	Работа физиокабинета по назначению врача, в том числе профилактика.
1.4.	Развитие двигательной активности детей.
1.5.	Соблюдение проведения режимных моментов в течение дня.
2.	<b>Закаливающие процедуры</b>
2.1.	Закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода.
2.2..	Сон в трусиках; босохождение; бег в трусиках.
2.3	Полоскание рта и горла остуженной водой, отварами трав с бактерицидными свойствами (ромашка, шалфей).
2.4	Прогулки в любую погоду.
2.5	Природная «Тропа здоровья»
2.6	Принятие солнечных ванн
3.	<b>Водные процедуры</b>
3.1	Ходьба по сырому песку
3.2	Контрастное обливание ног.
3.3	Обширное умывание.
3.4	Игры и занятия в бассейне.
3.5	Игры с водой.
3.6	Контрастный душ в бассейне.