

# План

## Оздоровительных мероприятий МБДОУ «Детский сад № 75» на 2025-2026 учебный год

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 75

  
Ширева Ю.Д.

Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2025г.



# План оздоровительных мероприятий

МБДОУ «Детский сад № 75»

на 2025-2026 учебный год

Время проведения	Содержание работы
Сентябрь	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Здоровительный бег на свежем воздухе</p> <p>Режим с уличными пребываниям на свежем воздухе</p> <p>Проветривание рт и горя кипячёной водой</p> <p>Витаминизация третьего блюда</p>
Октябрь	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Здоровительный бег на свежем воздухе</p> <p>Режим с уличными пребываниям на свежем воздухе</p> <p>Проветривание рт и горя кипячёной водой</p> <p>Витаминизация третьего блюда</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>
Ноябрь	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Здоровительный бег на свежем воздухе</p> <p>Режим с уличными пребываниям на свежем воздухе</p> <p>Проветривание рт и горя кипячёной водой</p> <p>Витаминизация третьего блюда</p> <p>Фитоаротерапия (лук, чеснок)</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>
Декабрь	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Обработка носовых ходов оксигиновой мазью</p> <p>Фитоаротерапия (лук, чеснок)</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>
Январь	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Проветривание рт и горя кипячёной водой</p> <p>Витаминизация третьего блюда</p> <p>Фитоаротерапия (лук, чеснок)</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>
Февраль	<p>Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима</p> <p>Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно)</p> <p>Соблюдение режима двивательной активности ( не менее 1 часа в день)</p> <p>Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей</p> <p>Проветривание рт и горя кипячёной водой</p> <p>Витаминизация третьего блюда</p> <p>Фитоаротерапия (лук, чеснок)</p>

	Дыхательная гимнастика
<b>Март</b>	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно) Соблюдение режима двигательной активности ( не менее 1 часа в день) Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей Полоскание рта и горла кипячёной водой Витаминация третьего блюда Дыхательная гимнастика
<b>Апрель</b>	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно) Соблюдение режима двигательной активности ( не менее 1 часа в день) Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей Полоскание рта и горла кипячёной водой Витаминация третьего блюда Фитоаэротерапия (лук, чеснок) Дыхательная гимнастика
<b>Май</b>	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно) Соблюдение режима двигательной активности ( не менее 1 часа в день) Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей Прием детей на свежем воздухе Утренняя гимнастика на свежем воздухе Полоскание рта и горла кипячёной водой Режим с удлинённым пребыванием на свежем воздухе Оздоровительный бег Сон в облегченной одежде Питьевой режим Дыхательная гимнастика
<b>Июнь</b>	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно) Соблюдение режима двигательной активности ( не менее 1 часа в день) Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей Прием детей на свежем воздухе Утренняя гимнастика на свежем воздухе Полоскание рта и горла кипячёной водой Режим с удлинённым пребыванием на свежем воздухе Оздоровительный бег Сон в облегченной одежде Солнечные воздушные ванны Питьевой режим Дыхательная гимнастика
<b>Август</b>	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима Обеззараживание воздуха с помощью рециркулятор воздуха (ежедневно) Соблюдение режима двигательной активности ( не менее 1 часа в день) Закаливание (по схеме)- по письменному согласию родителей Прием детей на свежем воздухе Утренняя гимнастика на свежем воздухе Полоскание рта и горла кипячёной водой Режим с удлинённым пребыванием на свежем воздухе Оздоровительный бег Сон в облегченной одежде Солнечные воздушные ванны Питьевой режим Дыхательная гимнастика