

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад пристра и оздоровления детей п. Синий Утёс»
Томского района

**Программа
оздоровления
детей
«Будь здоров,
малыш!»**

На большой горе, на Синеи, детский садик наш живет.
По безоблачным тропинкам к деткам солнышко идет.



☆ Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Закаливание



Закаливание – хождение по влажной пелёнке комнатной температуры, посыпанной поваренной солью

Умывание прохладной водой



Босохождение



Солнечные ванны



Дыхательная гимнастика



Профилактика плоскостопия



Упражнения с Су-Джок шариком



Посещение соляных пещер



Приём кислородных коктейлей



Утренняя гимнастика



Физическая культура



Прогулки





**Спасибо за
внимание!**