

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!**