

**Система закаливающей и лечебно-профилактической работы
в МБДОУ**

Оздоровительные мероприятия	Возрастные группы			
	2 мл.	Сред.	Стар.	Подг.
1. Утренний прием на свежем воздухе	+	+	+	+
2. Утренняя гимнастика	+	+	+	+
3. Физкультурные занятия	+	+	+	+
4. Воздушные ванны	+	+	+	+
5. Гимнастика после дневного сна	+	+	+	+
6. Ходьба босиком	+	+	+	+
7. Дыхательная гимнастика	+	+	+	+
8. Гимнастика для глаз	+	+	+	+
9. Пальчиковая гимнастика	+	+	+	+
10. Ежедневная прогулка	+	+	+	+
11. Мероприятия по профилактике гриппа и ОРЗ	+	+	+	+
12. Витаминизация 3-го блюда	+	+	+	+
13. Сон без маек (в теплое время года)	+	+	+	+
14. Сон с доступом свежего воздуха (в теплое время года)	+	+	+	+
15. Воздушные и солнечные ванны (лето)	+	+	+	+