

## Система профилактических оздоровительных мероприятий в ДОУ, осуществляющих в режиме дня

Закаливающие мероприятия	Возрастные группы			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Оздоровительный бег			+	+
Утренний прием на свежем воздухе в теплое время года	+	+	+	+
Утренний прием на свежем воздухе круглый год			+	+
Утренняя гимнастика на свежем воздухе в теплый период	+	+	+	+
Утренняя гимнастика на свежем воздухе круглый год			+	+
Утренняя гимнастика в помещении в холодный период года	+	+		
Плавание	+	+	+	+
Прогулки 2 раза в день	+	+	+	+
Бодрящая гимнастика	+	+	+	+
Босоножие	+	+	+	+
Ходьба по ребристой и игольчатым дорожкам, массажерам	+	+	+	+
Воздушные и солнечные ванны	+	+	+	+
Облегченная одежда	+	+	+	+
Умывание до локтей водой комнатной температуры	+	+	+	+
Полоскание горла водой комнатной температуры		+	+	+