

ЦИКЛОГРАММА

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ И ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ

В МБДОУ Д/С №2

№	Оздоровительные мероприятия	Группы ДОУ				
		I младша я	II младша я	Средня я	Старша я	Подготовительная
1.	Утренний прием детей на воздухе			+	+	+
2.	Контрастное воздушное закаливание			+	+	+
3.	Дыхательная гимнастика			+	+	+
4.	Бодрящая с элементами корригирующей гимнастика				+	+
5.	Босохождение	+	+	+	+	+
6.	Ребристая доска		+	+	+	+
7.	«Дорожка здоровья»	+	+	+	+	+
8.	Точечный массаж			+	+	+
9.	Умывание прохладной водой	+	+	+	+	+
10.	Полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры, отваром трав			+	+	+
11.	Прогулка 2 раза в день			+	+	+
12.	Сон без маечек			+	+	+
13.	Соблюдение воздушного режима	+	+	+	+	+
14.	Проветривание помещений	+	+	+	+	+

