Утверждаю :

Заведующая МКДОУ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А.Рогозина

Система закаливающих мероприятий

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  | ***Оздоровительные мероприятия***  | ***Iмладшая*** | ***IIмладшая*** | ***средняя*** | ***старшая*** | ***подготовительная*** |
| 1 | Утренний прием детей на воздухе | + | + | + | + | + |
| 2 | Контрастное воздушное закаливание | + | + | + | + | + |
| 3 | Дыхательная гимнастика | + | + | + | + | + |
| 4 | Босохождение | + | + | + | + | + |
| 5 | Ребристая доска | + | + | + | + | + |
| 6 | Дорожка с пуговицами | + | + | + | + | + |
| 7 | Точечный массаж | - | - | - | + | + |
| 8 | Умывание прохладной водой | + | + | + | + | + |
| 9 | Прогулка 2 раза в день | + | + | + | + | + |
| 10 | Коррекционная гимнастика | + | + | + | + | + |
| 11 | Сон без маечек | + | + | + | + | + |
| 12 | Соблюдение воздушного режима | + | + | + | + | + |
| 13 | Проветривание помещений | + | + | + | + | + |
| 14 | Световой режим | + | + | + | + | + |