



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 201»

Н.М. Груничева

Приказ № 144от 17.05.23

**СВОДНАЯ КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
МБДОУ «Детский сад № 201»  
(теплый период 2023 г.)**

Мероприятия с детьми	июнь				июль				август		Возраст детей	Примечания
	Группы закаливания								I	II		
	I	II	I	II	I	II	I	II				
Утренний приём на улице	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех
Утренняя гимнастика на улице	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех
Прогулка	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех (утро, вечер)
Сон с доступом свежего воздуха	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех (2-3 часа)
Гимнастика после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно после сна 3-5 мин t – 20 градусов 7-10 мин t – 18 градусов
Свето-воздушные ванны (на улице)	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно на прогулке От 5 до 30 мин t – 22 градуса От 10 до 50 мин t – 20 градуса
Спортивные досуги и развлечения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 4 до 7 лет	2 раза в месяц (индивидуально-дифференцированный подход)
Музыкальные досуги развлечения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 3 до 7 лет	2 раза в месяц
Подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех (индивидуально-дифференцированный подход)

**1. Воздух**

Факторы закаливания и оздоровления		июнь		июль		август		Возраст детей	Примечания	
		Группы закаливания		Группы закаливания		Группы закаливания			Младший возраст	Старший возраст
		I	II	I	II	I	II			
<b>2. Вода</b>	Гигиеническое умывание	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех	
	Гигиеническое мытье ног	+		+	+		+	От 3 до 7 лет	Ежедневно для всех	
<b>3. Солнце</b>	Солнечные ванны	+		+	+		+	От 3 до 7 лет	Ежедневно	
	Босохождение			+			+	От 2 до 7 лет	Только для детей I группы здоровья при устойчивой тёплой погоде (с июля) t воздуха + 25 градусов	
<b>4. Комплекс оздоровительного воздействия</b>	Игры с водой и песком	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех на прогулке	
	Дыхательная гимнастика	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Проводится на утренней гимнастике, при проведении световоздушных ванн	