



Заведующий МБДОУ «Детский сад № 201»
И.М. Груничева

СВОДНАЯ КАРТА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
МБДОУ «Детский сад № 201»
(теплый период 2024 г.)

Мероприятия с детьми	июнь						июль						август		Возраст детей	Примечания	
	Группы закаливания						Группы закаливания										
	I	II	I	II	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 (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	Гигиеническое умывание	июнь		июль		август		Возраст детей	Примечания	
		Группы закаливания							Младший возраст	Старший возраст
		I	II	I	II	I	II			
2. Вода	Гигиеническое умывание	+	+	+	+	+	+	От 2 до 7 лет	Ежедневно для всех	
	Гигиеническое мытье ног	+		+	+	+		От 3 до 7 лет	Ежедневно для всех	
3. Солнце	Солнечные ванны	+		+	+	+	+	От 3 до 7 лет	Ежедневно От 2 до 20 минут От 4 до 40 минут	
	Босохождение			+			+	От 2 до 7 лет	Только для детей I группы здоровья при устойчивой тёплой погоде (с июля) t воздуха + 25 градусов	
4. Комплекс оздоровительного воздействия	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, физкультурных занятиях, при проведении световоздушных ванн	