

Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период.

Формы организации	Разновозрастная группа младшего возраста	Разновозрастная группа среднего возраста	Разновозрастная группа старшего возраста
Прием детей на улице	Июнь-август ежедневно	Июнь-август ежедневно	Июнь-август Ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут
Прогулка			
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-август ежедневно	Июнь-август ежедневно	Июнь-август ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Подвижная игра на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	6-10 мин. ежедневно	10-15 мин ежедневно	15-20 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на	8-10 мин ежедневно	10-12 мин ежедневно	10-15 мин ежедневно

прогулке в соответствии с планом двигательной активности			
Динамический час на прогулке	15-20 мин, 2 раза в неделю на спортивном участке	20-25 мин, 2 раза в неделю на спортивном участке	25-30 мин, 2 раза в неделю на спортивном участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре	Ежедневно, при соответствующей температуре	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	20 мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Прогулки, походы			1 час 1 раз в квартал
В группе			
Закаливающая процедура – мытьё ног (после прогулки)	Июнь-август, ежедневно	Июнь-август, ежедневно	Июнь-август, ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Хожение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин, ежедневно	5-10 мин, ежедневно	5-10 мин, ежедневно
Во второй половине дня			
Подвижные игры во 2 половине дня, в соответствии с двигательным режимом	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-август, ежедневно	Июнь-август, ежедневно	Июнь-август, ежедневно

Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно