|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | **Особенности организации** |
| **Воздушные ванны** | Ежедневно, на утренней и вечерней прогулке; сон с доступом свежего воздуха |
| **Солнечные ванны** | при наличии головного убора |
| **Стопотерапия** | Ежедневно растирание стоп, похлопывание ладонью по стопе, самомассаж стоп, гимнастика стоп с предметами, «Дорожка здоровья». |
| **Полоскание рта кипячёной водой комнатной температуры** | Ежедневно после обеда |
| **Мытье рук по локоть с самомассажем, пальчиковая гимнастика** | Ежедневно |
| **Игры с водой и песком** | Ежедневно, на утренней и вечерней прогулке |
| **Утренняя гимнастика** | Ежедневно, на свежем воздухе |
| **Гимнастика пробуждения** | Ежедневно, по мере пробуждения детей |
| **Подвижные игры с физическими упражнениями** | Ежедневно, во время утренней и вечерней прогулки, с учетом двигательной активности детей. |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | Ежедневно в 1 и 2 половину дня, на утренней и вечерней прогулках |
| **Самостоятельная двигательная деятельность** | Ежедневно, совместно с воспитателем и под руководством воспитателя в помещении и на свежем воздухе |
| **Музыкально-развлекательные, физкультурные досуги, конкурсы.** | 1 раз в неделю |

**Система закаливающих мероприятий**