

Система закаливающих мероприятий в течение дня

Мероприятия	Ранний возраст	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
Прием детей на воздухе	С мая по сентябрь при благоприятных условиях погоды				
Утренняя зарядка	В группе	В теплое время года - на улице в облегченной одежде. В холодное время года - в зале в спортивной форме.			
Воздушно-температурный режим	Группа + 20 Спальня + 18	Группа + 18 Спальня +16-17	Группа + 18 Спальня +16-17	Группа + 18 Спальня +16-17	Группа + 18 Спальня +16-17
Сквозное проветривание	5 раз в день согласно графика в отсутствии детей				
Одежда детей в группе	Облегченная одежда в зависимости от комнатной температуры				
Сон дневной	В хорошо проветренном помещении				
Гимнастика пробуждения	Коррекционная и дыхательная гимнастики, ходьба по ребристым дорожкам				
Занятия по физической культуре	2 раза в неделю в группе	3 раза в неделю в помещении		2 занятия - в помещении, 1 занятие - на улице	
Прогулки		До – 15 в безветренную погоду		До -20 в безветренную погоду	
Плавание в бассейне		1 раз в 2 недели	1 раз в неделю		

