

**Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период.**

<b>Формы организации</b>	<b>Младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная к школе группа</b>
<b>Приём детей на улице</b>	Июль-август ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 мин
<b>Прогулка</b>				
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь, ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно	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	15-20 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	8-10 мин ежедневно	10-12 мин ежедневно	10-15 мин ежедневно	10-15 мин ежедневно

Динамический час на прогулке	15-20 мин, 2 раза в неделю на спорт.участке	20-25 мин, 2 раза в неделю на спорт.участке	25-30 мин., 2 раза в неделю на спорт.участке	30-35 мин., 2 раза в неделю на спорт.участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре	Ежедневно, при соответствующей температуре	Ежедневно, при соответствующей температуре	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	20мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	40-50 мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Прогулки, походы			1 час 1 раз/квартал	1,5 часа 1 раз/квартал
<b>В группе</b>				
Закаливающая процедура - мытьё ног (после прогулки)	Начиная с июля еже- дневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Хожение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин ежедневно	5-10 мин ежедневно	5-10 мин ежедневно	5-10 мин ежедневно
<b>Вторая половина дня</b>				
Подвижные игры во 2 половине дня, в соответ- ствии с двигательным режимом	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь, ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

**Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период  
для младшей группы №5,8**

<b>Формы организации</b>	<b>Младшая группа</b>
<b>Приём детей на улице</b>	Июль-август ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	6-8 минут
<b>Прогулка</b>	
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь, ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно
Подвижная игра на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	6-10 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	8-10 мин ежедневно
Динамический час на прогулке	15-20 мин, 2 раза в неделю на спорт.участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	20мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц
Прогулки, походы	
<b>В группе</b>	
Закаливающая процедура - мытьё ног (после прогулки)	Начиная с июля ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно
Хождение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин ежедневно
<b>Вторая половина дня</b>	
Подвижные игры во 2 половине дня, в соответствии с двигательным режимом	6-10 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь, ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно

Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно
---	-----------

**Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период  
для средней группы №7**

<b>Формы организации</b>	<b>Средняя группа</b>
<b>Приём детей на улице</b>	Июнь-сентябрь ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	6-8 минут
<b>Прогулка</b>	
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно
Подвижная игра на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	10-15 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	10-12 мин ежедневно
Динамический час на прогулке	20-25 мин, 2 раза в неделю на спорт.участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	30 мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц
Прогулки, походы	
<b>В группе</b>	
Закаливающая процедура - мытьё ног (после прогулки)	Ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно
Хождение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин ежедневно
<b>Вторая половина дня</b>	
Подвижные игры во 2 половине дня, в соответствии с двигательным режимом	10-15 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (нали-	Ежедневно

чие головного убора обязательно)	
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно

**Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период  
для старшей группы №3,9**

<b>Формы организации</b>	<b>Старшая группа</b>
<b>Приём детей на улице</b>	Июнь-сентябрь ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	8-10 минут
<b>Прогулка</b>	
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно
Подвижная игра на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	15-20 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	10-15 мин ежедневно
Динамический час на прогулке	25-30 мин., 2 раза в неделю на спорт.участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	30 мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц
Прогулки, походы	1 час 1 раз/квартал
<b>В группе</b>	
Закаливающая процедура - мытьё ног (после прогулки)	Ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно
Хождение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин ежедневно
<b>Вторая половина дня</b>	

Подвижные игры во 2 половине дня, в соответствии с двигательным режимом	15-20 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно

**Здоровьесберегающий режим на летний оздоровительный период  
для подготовительной группы №4.**

<b>Формы организации</b>	<b>Старшая группа</b>
<b>Приём детей на улице</b>	Июнь-сентябрь ежедневно
Утренняя гимнастика на улице	10 - 12 минут
<b>Прогулка</b>	
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно
Подвижная игра на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	15-20 мин ежедневно
Индивид. работа по развитию движений на прогулке в соответствии с планом двигательной активности	10-15 мин ежедневно
Динамический час на прогулке	30-35 мин., 2 раза в неделю на спорт.участке
«Купание» ножек в бассейне/обливание из лейки	Ежедневно, при соответствующей температуре
Спортивные развлечения	30 мин 1 раз/мес
День здоровья	1 раз в месяц
Прогулки, походы	1,5 час 1 раз/квартал
<b>В группе</b>	
Закаливающая процедура - мытьё ног (после прогулки)	Ежедневно
Глубокое умывание после сна	Ежедневно
Ходение по дорожкам (до сна и после)	Ежедневно
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин ежедневно
<b>Вторая половина дня</b>	
Подвижные игры во 2 половине дня, в соответствии с двигательным режимом	15-20 мин
Организация питьевого режима на прогулке	Июнь-сентябрь ежедневно
Контроль за соответствием одежды погодным условиям (наличие головного убора обязательно)	Ежедневно
Вынос игрового и спортивного оборудования (в соответствии с планом)	Ежедневно