

Виды физкультурно-оздоровительной работы в разных возрастных группах

Возрастная группа	2 г.ж	3 г.ж.	4 г.ж.	5 г.ж.	6 г.ж.	7 г.ж.
Утренняя прогулка					+	+
Утренняя гимнастика и пробежка на улице (в осеннее – весенний период)					+	+
Утренняя гимнастика в помещении		+	+	+		
Серия подвижных игр на утренней прогулке (зимний период.)					+	+
Сухое растирание тела				+	+	+
Влажное растирание тела					+	+
Образовательная деятельность по физическому развитию в помещении	+	+	+	+	+	+
Образовательная деятельность по физическому развитию на улице					+	+
Обучение плаванию			+	+	+	+
Контрастный душ в бассейне						+
Гигиеническое мытье ног перед сном	+	+	+	+	+	+
Ходьба по «Дорожке Здоровья» -перед гигиеническим мытьем ног	+	+	+	+	+	+
-после гигиенического мытья ног	+	+	+	+	+	+
-после сна	+	+	+	+	+	+
Комплекс световоздушных ванн в сочетании с активными физическими упражнениями -во время утренней гимнастики		+	+	+	+	+
-во время двигательной деятельности	+	+	+	+	+	+
Пешая прогулка	+	+	+	+	+	+
День здоровья (ежемесячно)			+	+	+	+
Спортивный досуг			+	+	+	+

