

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 | | | | | + | + |
| Двигательная деятельность в помещении | + | + | + | + | + | + |
| Двигательная деятельность занятие на улице | | | | | + | + |
| Обучение плаванию | | | + | + | + | + |
| 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 | | | + | + | + | + |

