Приложение 3

Формы и методы оздоровления детей

Формы и методы	Содержание	Контингент детей
Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период)	Все группы
	Гибкий режим	Все группы
	Организация микроклимата и стиля жизни группы	Все группы
	Рациональное питание	Все группы
	Занятия ОБЖ	Все группы
Физические упражнения	Утренняя гимнастика	Все группы
	Коррекционная физкультура	по показаниям
	Лечебная физкультура	по показаниям
	Подвижные и динамичные игры	Все группы
	Спортивные игры	Все группы
	Дыхательная гимнастика	Все группы
Гигиенические и водные процедуры	Умывание	Все группы
	Мытье рук	Все группы
	Игры с водой	Все группы
	Обеспечение чистоты среды	Все группы
Свето-воздушные ванны	Проветривание помещений (в т.ч. сквозное)	Все группы
	Сон при открытых фрамугах	Старшие и подготов. группы
	Прогулки на свежем воздухе	Все группы
	Обеспечение t- режима и чистоты воздуха	Все группы
Активный отдых	Развлечения и праздники	Все группы
	Игры-забавы	Все группы
	Дни здоровья	Все группы
	Каникулы	Все группы
Арома-и фитотерапия	Ароматизация помещений (деготь, лук)	Все группы

	Аромамедальоны (луковочесночные)	Все группы
Свето-и цветотерапия	Обеспечение светового режима	Все группы
	Цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов	Все группы
	Музыкальное оформление фона занятий	Все группы
	Использование музыки в театрализованной деятельности	Все группы
Стимулирующая терапия	Лечебное смазывание носа оксолиновой мазью	Все группы
	Витаминизация	Все группы