**Физкультурно – оздоровительные мероприятия, направленные на здоровьесбережение детей МАДОУ № 1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Зима | Весна | Лето | Осень |
| I и II младшая группы |  |  |  |  |
| Средняя группа |  |  |  |  |
| Старшая группа |  |  |  |  |
| Подготовительная к школе группа |  |  |  |  |

**Условные обозначения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Утренняя гимнастика | Сон с доступом воздуха | Ходьба босиком |
| Утренний приём и гимнастика  на свежем воздухе | **Физкультурное занятие на свежем воздухе** | **Обливание ног** |
| Физкультурное занятие | **Умывание прохладной водой** | **Полоскание рта** |
| Солнечные ванны | **Гимнастика после дневного сна** | **Прогулка за пределы детского сада** |
| Поход | **Прогулка** | **Развлечения на свежем воздухе** |