



Утверждено Зав. МБДОУ - д/с № 3
Г. П. Журавлева

ЦИКЛОГРАММА ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ в МБДОУ – д/с № 3 ст. Старовеличковской на 2020 – 2021 учебный год

№ п/п	Виды мероприятий	2020год					2021год				
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
1.	Фитотерапия		+			+		+			
2.	Поливитамины			+		+	+				
3.	Оксолиновая мазь			+	+	+	+				
4.	Ингаляции (для ЧБД)		+	+	+	+	+	+			
5.	Воздушное закаливание	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
6.	Водное закаливание	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
7.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
8.	Самомассажи	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
9.	С-витаминизация 3-х блюд	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
10.	Применение в пищу детям йодированной соли	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
11.	Аэронизация природными фитонцидами (лук, чеснок, травы)		+	+	+	+	+	+	+		



Утверждаю: _____
 заведующий МБДОУ – д/с № 3
 Г. П. Журавлёва

ЦИКЛОГРАММА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ в МБДОУ – д/с № 3 ст. Старовеличковской

на 2020 – 2021 учебный год

вторая группа раннего возраста

№ п/п	Виды мероприятий	Осень					Зима				Весна		
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май			
1.	Утренний приём на свежем воздухе	+	+						+	+			
2.	Воздушные ванны	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
3.	Контрастные воздушные ванны		+	+	+	+	+	+	+	+			
4.	Обтирание сухой ваткой	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
5.	Ходьба по массажным дорожкам	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
6.	Гимнастика-занятие на свежем воздухе	+											
7.	Солнечные ванны	+											
8.	Сон с доступом воздуха (+19С, +17С)	+	+						+	+			
9.	Облегчённая форма одежды	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
10.	Ходьба босиком в спальне до и после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
11.	Ходьба босиком по селёвым дорожкам после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
12.	Гимнастика в кровати, после сна «Мы проснулись!»	+	+	+	+	+	+	+	+	+			



ЦИКЛОГРАММА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ в МБДОУ – д/с № 3
ст. Старовеличковской
на 2020 – 2021 учебный год
младше-средняя группа

№ п/п	Виды мероприятий	Осень				Зима				Весна			
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май			
1.	Утренний приём на свежем воздухе	+	+	+					+	+			
2.	Воздушные ванны	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
3.	Контрастные воздушные ванны		+	+	+	+	+	+	+	+			
4.	Ходьба по массажным дорожкам	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
5.	Обширное умывание	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
6.	Гимнастика-занятие на свежем воздухе	+	+						+	+			
7.	Солнечные ванны	+							+	+			
8.	Сон с доступом воздуха (+19С, +17С)	+	+	+					+	+			
9.	Облегчённая форма одежды	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
10.	Ходьба босиком в спальне до и после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
11.	Ходьба босиком по селевым дорожкам после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
12.	Гимнастика в кровати, после сна «Мы проснулись!»	+	+	+	+	+	+	+	+	+			

Утверждено: ИМД
 заведующий МБДОУ – д/с № 3
 Г.П. Журавлёва



ЦИКЛОГРАММА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ в МБДОУ – д/с № 3 ст. Старовеличковской **на 2020 – 2021 учебный год** **старше-подготовительная группа**

№ п/п	Виды мероприятий	Осень				Зима				Весна		
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май		
1.	Утренний приём на свежем воздухе	+	+	+				+	+	+		
2.	Воздушные ванны	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
3.	Контрастные воздушные ванны		+	+	+	+	+	+	+	+		
4.	Ходьба по массажным дорожкам	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
5.	Обширное умывание	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
6.	Гимнастика-занятие на свежем воздухе	+	+						+	+		
7.	Солнечные ванны	+							+	+		
8.	Сон с доступом воздуха (+19С, +17С)	+	+	+				+	+	+		
9.	Облегчённая форма одежды	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
10.	Ходьба босиком в спальне до и после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
11.	Закрепляющее физкультурное занятие на воздухе (1 раз в нед)	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
12.	Контрастное обливание ног	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
13.	Ходьба босиком по селевым дорожкам после сна	+	+	+	+	+	+	+	+	+		
14.	Гимнастика в кровати, после сна «Мы проснулись!»	+	+	+	+	+	+	+	+	+		