

Система оздоровления детей с ОНР в МБДОУ «Детский сад №22»

№ п/п	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период)
		Гибкий режим
		Организация микроклимата и стиля жизни группы
		Рациональное питание
		Занятия ОБЖ
2.	Двигательная активность	Утренняя гимнастика
		Физкультминутки
		Физкультура на улице
		Подвижные и динамичные игры
		Спортивные игры
		Дыхательная гимнастика
3.	Гигиенические и водные процедуры	Умывание
		Полоскание зева
		Игры с водой (летний период)
		Обеспечение чистоты среды
4.	Воздушные ванны	Соблюдение режима проветривания
		Прогулки на свежем воздухе
		Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
		Сон при открытых фрамугах
5.	Активный отдых	Развлечения
		Праздники
		Игры-забавы
		Дни здоровья
		Каникулы
		Спортивные досуги
7.	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов
		Музыкальное оформление фона занятий
		Использование музыки в театрализованной деятельности
		Засыпание под спокойную музыку
		Постепенное просыпание под музыку