О С Е Н Ь

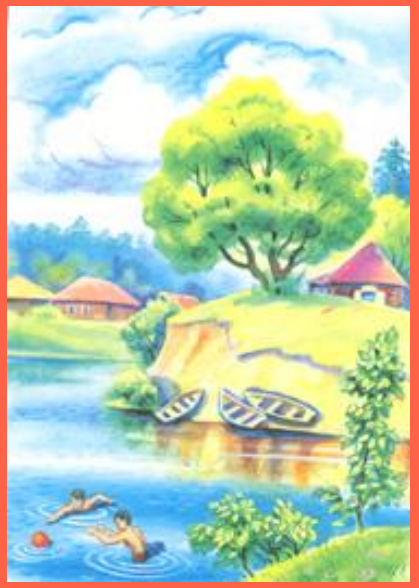
В повседневной жизни	***Специально-организованные закаливающие мероприятия***
- облегченная форма одежды при реализации непосредственно образовательной деятельности по физической культуре; - сон с доступом воздуха (+19, +17 С); -ходьба босиком в спальне после сна; - воздушные ванны; -топтание по массажным дорожкам; -умывание в течение дня прохладной водой	-полоскание зева охлажденной кипяченой водой; - общее УФО; - прием фитоадептогенов; - оздоровление в микроклиматической соляной палате «Сильвин» (галотерапия).

З И М А

В повседневной жизни	*Специально-организованные закаливающие мероприятия*
- облегченная форма одежды при реализации непосредственно образовательной деятельности по физической культуре; - сон с доступом воздуха (+19, +17 С); -ходьба босиком в спальне после сна; - воздушные ванны; -топтание по массажным дорожкам; -умывание в течение дня прохладной водой	-полоскание рта солевым раствором; -полоскание горла отварами трав; - общее УФО; -прием фитоадептогенов; - оздоровление в микроклиматической соляной палате «Сильвин» (галотерапия); - точечный массаж; -ходьба по мокрым дорожкам (от 15 до 40 сек.); -оксолиновая мазь в нос.

В Е С Н А

В повседневной жизни	*Специально-организованные закаливающие мероприятия*
- облегченная форма одежды при реализации непосредственно образовательной деятельности по физической культуре; - сон с доступом воздуха (+19, +17 С); -ходьба босиком в спальне после сна; - воздушные ванны; -топтание по массажным дорожкам; -умывание в течение дня прохладной водой	- полоскание зева охлажденной кипяченой водой; - обширное умывание; - полоскание горла отварами трав; - витаминотерапия «Золотой шар»; - оздоровление в микроклиматической соляной палате «Сильвин» (галотерапия) - ходьба по мокрым дорожкам (до 1 мин.).

Л Е Т О

В повседневной жизни	***Специально-организованные закаливающие мероприятия***
- сон с доступом воздуха (+19, +17 С); - ходьба босиком в спальне после сна и на улице; - игры с водой; - умывание в течение дня прохладной водой	- полоскание зева охлажденной кипяченой водой - ходьба по мокрым дорожкам (до 1,5 мин.); - воздушные и солнечные ванны; - контрастное обливание ног.