**2.7.2 Система оздоровительных технологий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Вид технологии:** | **Время** | **Особенности и методики** |
| **№** |  | **проведения в** | **/организации:** |
|  |  | **режиме дня:** |  |
|  | Физкультминутки | Во время ООД, 2-5 | Используется во всех возрастных |
| 1 | /Нищева Н.В./ | мин., по мере | групп в качестве профилактики |
|  |  | утомляемости | утомления. |
|  |  | детей. |  |
|  | Гимнастика после сна | Ежедневно после | Включают в себя упражнения на |
| 2 | / упражнения после | дневного сна, 3-10 | кроватках; ходьба по дорожкам |
|  | дневного сна - бодрящая | мин. | здоровья. |
|  | гимнастика  *Планирование* |  |  |
|  | *на каждый день (Комплект* |  |  |
|  | *из 3 дисков)* / |  |  |
|  | Элементы дыхательной | Ежедневно, во | Включены в комплексы |
| 3 | гимнастики, самомассажа / | время бодрящей | бодрящей гимнастики. |
|  | *Планирование на каждый* | гимнастики |  |
|  | *день (Комплект из 3 дисков)* | (гимнастики после |  |
|  | / | сна) |  |
|  |  |  |  |
|  | Пальчиковые игры и | Ежедневно, | Включают в себя упражнения |
| 4 | упражнения /Нищева Н.В./ | между занятий, во | пальчиками, используются во всех |
|  |  | время ООД по ОО | возрастных группах |
|  |  | ХЭР по 2-3 мин |  |