**Работа с детьми в дошкольном учреждении**

**Создание психологического комфорта**

Закаливание:

- обширное умывание прохладной водой

- криомассаж стоп,

- бассейн



Молоко, как профилактика кариеса

Витаминный чай

Соблюдение питьевого режима

Ежедневное употребление молока, как профилактика кариеса

4-х разовое питание

Регулярное введение в рацион овощей, ягод, соков, фруктов

Сон при открытых форточках

Босо хождение

Профилактические оздоровительные процедуры по плану врача-педиатра

Облегченная одежда

Воздушные ванны

Полоскание рта после еды

Реализация двигательной активности в течение дня

Бодрящая гимнастика

Подвижные игры Поморья

Вариативные физкультурные занятия

Утренняя оздоровительная гимнастика