

Оздоровительные мероприятия

в ГБДОУ №94

- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Умывание прохладной водой
- ❖ Воздушные ванны
- ❖ Солнечные ванны (в летний период)
- ❖ Гимнастика для глаз
- ❖ Обливание стоп прохладной водой (в летний период)
- ❖ Бодрящая гимнастика
- ❖ Сухое обтирание
- ❖ Ходьба по массажным коврикам
- ❖ Душ, плавание в бассейне
- ❖ Широкая аэрация помещений