|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю:МБДОУ «Целинный детский сад № 1 «Ромашка»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н.С. Огородник/«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |

**Примерный маршрут здоровья для детей в течение дня**

**на летний период**

(в соответствие с Программой ДОУ)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название** | **Время**  | **Ответственный** |
| ***Утро:***-Звуковая, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз | в соответствии с возрастом и режимом  | воспитатели |
| - Утренняя гимнастика на свежем воздухе (+ дыхательная гимнастика, профилактика осанки, плоскостопия) | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - пальчиковая гимнастика | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| ***Прогулка:***- солнечные, воздушные ванны | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - совместная двигательная деятельность | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - музыкальная деятельность | в соответствии с возрастом и режимом | музыкальный руководитель, воспитатели |
| - дидактические игры по валеологии, ОБЖ, ПДД | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - подвижные игры, физ. упражнения, элементы спортивных игр | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - дыхательная гимнастика | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| ***После прогулки:***- обливание ног | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| ***После дневного сна:***- «гимнастика пробуждения» | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - дыхательная гимнастика | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - корригирующая гимнастика | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - воздушные ванны | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - профилактика плоскостопия (массажные дорожки) | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - профилактика нарушений осанки | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - пальчиковая гимнастика | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| ***Вечерняя прогулка:***- физ. упражнения, | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |
| - подвижные игры | в соответствии с возрастом и режимом | воспитатели |