|  |  |
| --- | --- |
|  | 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 |