***План закаливающих мероприятий***

***группа раннего возраста***

***от 2 до 3 лет***

***2013 – 2014 год***

1. Физкультурное занятие на прогулке (лето).
2. Гимнастика для глаз (течение дня).
3. Пальчиковая гимнастика.
4. Растирание ладоней во время умывания.
5. Витаминизация I блюда (зеленый лук, чеснок).
6. Ходьба босиком до кровати перед сном.
7. Ходьба босиком после сна с выполнением упражнений, бег, ходьба.
8. Ходьба босиком по дорожке из пуговиц для предупреждения плоскостопия.
9. Ежедневные прогулки.
10. Купание в плескательном бассейне (лето).
11. Сок 9.00 (лето)
12. Витаминизация III блюда (мед. сестра).
13. Массаж.
14. Работа с родителями о закаливании детей в домашних условиях.