«Утверждаю»

 Заведующий МДОКУ

 «Детский сад «Харада»

 Урубжурова С. Ф

 «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2014г.

**ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ 2мл. гр. «Бамб цецг» на 2014-2015 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дни  | **Утро**  | **Прогулка**  | **II половина дня. Вечер**  |
| **Понедельник**  | 1.Утренняя гимнастика 2.Подвижные игры3.Умывания4.Ароматерапия5.Пальчиковая гимнастика 6.Физминутка.7.Релаксация  | 1.Дыхательная гимнастика по Стрельниковой2. Ходьба босиком по тропе здоровья3.Подвижные калмыцкие игры4.Смехотерапия 5.Умывание перед обедом  | 1.Динамический час (побудки, ритмические  упражнения под музыку) 2.Ходьба босиком по тропе здоровья 3.Водные процедуры 4.Полоскание рта 5.Массаж рук |
| **Вторник**  | 1.Утренняя гимнастика 2.Гимнастка для губ3. Ароматерапия4. Умывание5. Подвижные - калмыцкие игры  | 1.Дыхательная гимнастика по Стрельниковой2. Подвижные игры3. Спортивные игры4. Умывание перед обедом |  1.Гимнастика пробуждения 2.Музыкотерапия 3.Ходьба босиком по ребристой дорожке  4.Водные процедуры 5.Фито-чай |
| **Среда**  | 1.Утренняя гимнастика 2.Хороводные игры3. Гимнастка для глаз4.Ароматерапия 5.Умывание  6.Пальчиковая гимнастика | 1.Дыхательная гимнастика по Стрельниковой2. Подвижные народные игры3. ФНП4.Умывание перед обедом |  1.Динамический час (побудки, ритмические  упражнения под музыку) 2.Ходьба босиком по тропе здоровья 3.Водные процедуры 4.Сказкотерапия  |
| **Четверг** | 1.Утренняя гимнастика 2. Малоподвижные игры3. Ароматерапия4. Гимнастка для губ. 5. Умывание | 1.Дыхательная гимнастика по Стрельниковой2. Подвижные игры3.Ходьба босиком по тропе здоровья4.Минутка шалости 5.Умывание перед обедом |  1.Гимнастика пробуждения 2.Ходьба босиком по ребристой дорожке  3.Водные процедуры 4.Полоскания рта |
| **Пятница**  | 1.Утренняя гимнастика 2.Точечный массаж3.Ароматерапия4.Умывание5.Малоподвижные игры6.Физминутки7.Релаксация  | 1.Дыхательная гимнастика по Стрельниковой2. Подвижные народные игры3. Спортивные упражнения 4.Умывание перед обедом  |  1.Динамический час (побудки, ритмические  упражнения под музыку) 2.Ходьба босиком по тропе здоровья 3.Водные процедуры 4.Оздоровительно-профилактическая гимнастика 5. Сказкотерапия.  |