«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 игры  3.Умывания  4.Ароматерапия  5.Пальчиковая гимнастика  6.Физминутка.  7.Релаксация | 1.Дыхательная гимнастика по  Стрельниковой  2. Ходьба босиком по тропе здоровья  3.Подвижные калмыцкие игры  4.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 губ  3. Ароматерапия  4. Умывание  5. Подвижные - калмыцкие игры | 1.Дыхательная гимнастика по  Стрельниковой  2. Подвижные игры  3. Спортивные игры  4. 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 игры  3. Гимнастка для глаз  4.Ароматерапия  5.Умывание  6.Пальчиковая гимнастика | 1.Дыхательная гимнастика по  Стрельниковой  2. Подвижные народные игры  3. ФНП  4.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 игры  3. Ароматерапия  4. Гимнастка для губ.  5. Умывание | 1.Дыхательная гимнастика по  Стрельниковой  2. Подвижные игры  3.Ходьба босиком по тропе здоровья  4.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 массаж  3.Ароматерапия  4.Умывание  5.Малоподвижные игры  6.Физминутки  7.Релаксация | 1.Дыхательная гимнастика по  Стрельниковой  2. Подвижные народные игры  3. 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. |