

## ГРАФИК Закаливающих мероприятий в летний период

№	Мероприятия	Ответственные	Время проведения
1	Утренняя гимнастика под музыку	Физ/рук Плав/рук	7.35 -8.30
2	Физкультурное занятие на воздухе	Физ/рук Плав/рук	9.00 – 10.20
3	Воздушные ванны	Ст.м\с Воспитатели	09.– 10.00 (10-15мин)
4	Солнечные ванны	-\\-	от 2-3 до 10 минут
5	Тропа здоровья	Фи/зрук	10.10 – 11.20
6	Дыхательная гимнастика	Воспитатели	9.50 – 11.30
7	Мытьё ног	Воспитатели Мл.воспитатель	11.10 – 11.50
8	Игры с водой	Воспитатели	8.40-11.00
9	Точечный массаж по Уманской	Воспитатели Ст.м\с	11.25 – 11.50
10	Гимнастика маленьких волшебников	Воспитатели Ст.м\с	11.15-11.20
10	Полоскание горла прохладной водой	Ст.м\с Воспитатели	11.30-12.00
11	Гимнастика после сна, закаливающие мероприятия после сна	Воспитатели Ст.м\с	14.55- 15.10

### Закаливающие мероприятия после сна

**2 гр.** - Гимнастика после сна, солевое топтание

**12гр .** -Гимнастика после сна, солевое топтание

**8 гр.** - Гимнастика после сна, солевое топтание

**7 гр.** - Гимнастика после сна, массаж стоп зубными щетками.

**3гр.** - Гимнастика после сна, массаж стоп зубными щетками

**9гр.-** Гимнастика после сна, массаж стоп зубными щетками

