Примерный маршрут здоровья для детей в течение дня на ЛОП

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
- игровая деятельность (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
- закаливание	в соответствии с алгоритмом	воспитатели, медсестра
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