

Муниципальное учреждение  
«Отдел дошкольных учреждений Шатойского муниципального района  
«Шуйтан муниципальни  
кӀоштан школал хьалхара дешаран урхалла»  
Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение «Детский сад № 1 «Сказка»  
с. Шатой Шатойского муниципального района»  
(МБДОУ «Детский сад № 1 «Сказка»)  
Муниципальни бюджетни школал хьалхара дешаран учреждени  
«Шуйтан муниципальни кӀоштан  
Шуйта юьртан «Берийн беш № 1 «Сказка»

**Перечень закаливающих процедур  
на летний оздоровительный период 2023 года**

Подготовила медсестра:  
Темаева С.Д.

с.Шатой

## ПЕРЕЧЕНЬ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

### Группы закаливания:

1. *Первая группа* – относятся дети здоровые и ранее закаливаемые.
2. *Вторая группа* - относятся дети здоровые, но ранее не закаливаемые.
3. *Третья группа* - относятся ослабленные дети, ЧБД, дети после перенесенного заболевания, с хронической патологией.

### 1 младшая группа

#### Специальный этап (с учетом температурных условий)

Мероприятия	Группы закаливания
<i>Активные формы закаливания:</i>	
рассеянное солнечное облучение <ul style="list-style-type: none"><li>▪ с 10-12 часов</li><li>▪ с 16-18 часов</li></ul>	Все группы закаливания
<i>Специальный метод (использование стандартной методики по закаливанию):</i>	
увеличение времени пребывания детей на воздухе	Все группы закаливания
облегченная форма одежды (плавки, панама)	Первая и вторая группы
дневной сон в плавках при открытых фрамугах	-//-
гимнастика пробуждения	Все группы закаливания
разминка после дневного сна: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ с предметами и без предметов;</li><li>▪ на развитие координации движений;</li><li>▪ в равновесии;</li><li>▪ обыгрывание потешек и стишков;</li><li>▪ сюжетные или игровые;</li><li>▪ с простейшими тренажерами (гантельками);</li><li>▪ имитационного характера;</li><li>▪ на формирования свода стопы и осанки</li></ul>	Все группы закаливания
гигиенические процедуры (умывание до локтя)	Первая и вторая группы
в доступной форме аутотренинг: «Я – здоровый! Я - красивый! Я - сильный!»	Все группы закаливания

2 младшая группа

Средняя группа

Специальный этап (с учетом температурных условий)

Мероприятия

Группы закаливания

*Специальный метод (использование стандартной методики по закаливанию):*

увеличение времени пребывания детей на прогулке;	Все группы
сухое обтирание тела махровой рукавичкой;	-//-
босохождение в группе (в носочках);	Первая и вторая группы
принятие душа (после прогулки);	-//-
сон в плавках при открытых фрамугах;	-//-
гимнастика пробуждения;	Все группы
разминка после дневного сна: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ с предметами и без предметов;</li><li>▪ на развитие координации движений;</li><li>▪ в равновесии;</li><li>▪ обыгрывание потешек и стишков;</li><li>▪ сюжетные или игровые;</li><li>▪ с простейшими тренажерами (гантельками);</li><li>▪ имитационного характера;</li><li>▪ на формирования свода стопы и осанки</li></ul>	Все группы
гигиенические процедуры (умывание лица и шеи, рук до локтя);	Первая и вторая группы
аутотренинг (развитие позитивного мышления);	Все группы
проведение самомассажа	-//-
<i>Активные формы закаливания:</i>	
рассеянное солнечное облучение <ul style="list-style-type: none"><li>▪ с 10-12 часов</li><li>▪ с 16-18 часов</li></ul>	Все группы

**Старшая, подготовительная группа  
Специальный этап (с учетом температурных условий)**

<b>Мероприятия</b>	<b>Группы закаливания</b>
<i>Активные формы закаливания:</i>	
рассеянное солнечное облучение <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ с 10-12 часов</li> <li>▪ с 16-18 часов</li> </ul>	Все группы закаливания
<i>Специальный метод (использование стандартной методики по закаливанию):</i>	
увеличение времени пребывания детей на прогулке;	Все группы закаливания
прогулки в любую погоду;	-//-
сон в плавках при открытых окнах;	Первая и вторая группы
орошение тела водой 36 градусов (на прогулке);	-//-
принятие душа (после прогулки);	Все группы закаливания
босохождение по улице;	Первая и вторая группы
босохождение по природному материалу;	-//-
контрастные воздушные ванны после дневного сна в виде пробежек;	-//-
пробежки вокруг здания;	-//-
гимнастика пробуждения;	Все группы закаливания
разминка после дневного сна: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ с предметами и без предметов;</li> <li>▪ на развитие координации движений;</li> <li>▪ в равновесии;</li> <li>▪ обыгрывание потешек и стишков;</li> <li>▪ сюжетные или игровые;</li> <li>▪ с простейшими тренажерами (гантельками);</li> <li>▪ имитационного характера;</li> <li>▪ на формирования свода стопы и осанки;</li> <li>▪ на развитие координации движений;</li> <li>▪ на развитие мелкой моторики</li> <li>▪ выполнение аэробики</li> </ul>	Все группы закаливания

аутотренинг

Все группы  
закаливания

---