



**Схема проведения закаливающих процедур в ГБДОУ № 62
в летний оздоровительный период**

№	Виды закаливания	Время в режиме дня Место проведения Частота и длительность	Особенности методики проведения	Ответственный исполнитель
БЫТОВОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	ВОЗДУШНОЕ			
1.1.	Длительное пребывание детей на свежем воздухе	Утренний приём на участке (исключение группы раннего возраста - если есть новые дети). Дневная и вечерняя прогулка проводится ежедневно в соответствии с режимом каждой возрастной группы.	Осмотр участка перед каждой прогулкой. При необходимости поливается участок и песочница. Обязательное наличие головного убора. Соблюдение питьевого режима. Обеспечение достаточной двигательной активности (60% от всей прогулки отводится на двигательную активность).	Старшая медсестра. Воспитатели групп. Помощники воспитателей.
1.2.	Утренняя гимнастика	Проводится ежедневно на участке: ●ранний возраст – 7 минут ●младший возраст – 10 минут ●старший возраст – 15 минут	●Никакой заорганизованности, строгих правил и требований дисциплины. Следует обеспечивать приподнятое эмоциональное состояние. ●Форма проведения: традиционная; обыгрывание какого – либо сюжета; использование подвижных игр с разным уровнем активности; использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов.	Воспитатели групп. Музыкальный руководитель. Инструктор по физической культуре.

1.3.	Физическое развитие детей (совместная деятельность)	Проводятся на дневной прогулке. Еженедельно 3 занятия. Длительность: •ранний возраст – 10 минут •младший возраст – 25 минут •старший возраст – 30 минут	•Место проведения физкультурных занятий (ФЗ) оборудуется заранее. •В жаркие солнечные дни ФЗ проводятся по подгруппам (1 работает с педагогом, 2-самостоятельно и наоборот). Уменьшается количество повторения упражнений, снижается их интенсивность и длительность, заменяются основные виды движений (ходьба – бег, и т.д.). Выбор п/и в зависимости от погодных условий. •Используется гибкий подход: если с утра дождь, то ФЗ проводим вечером. •Для детей «группы риска» (2 и 3 гр.зд.) индивидуальное дозирование физических нагрузок, ограничение подвижных игр.	Воспитатели групп. Инструктор по физической культуре.
1.4.	Сон без маек	В специально отведенных помещениях	•*температура в спальном комнате должна быть не ниже +14С •перед сном каждому ребенку одевается чистая пара трусов •обеспечивается спокойная обстановка перед сном и во время сна •детям «группы риска» увеличиваем длительность сна (см.щадящий режим)	Воспитатели групп.
2.	ВОДНОЕ			
2.1.	Мытье ног прохладной водой	Проводится ежедневно после прогулки в комнате гигиены.	•Ноги надо мыть проточной водой с мылом и мочалкой на деревянной решетке с помощью душа или лейки. •Вытирают ноги насухо только индивидуальным полотенцем. •Сушатся и хранятся полотенца в комнате гигиены.	Воспитатели групп и помощники воспитателей.

2.2.	Полоскание полости рта водой комнатной температуры	Процедура проводится после каждого приема пищи	●Кипяченая вода приготавливается заранее и охлаждается до комнатной температуры. ●Процедура выполняется в умывальной комнате. ●Полоскать рот могут дети с 2 – 3 лет ●С 4 – 5 лет можно начинать полоскать горло прохладной водой. При этом используется 1/3 – 1/4 стакана воды. Бульканье воды в горле нужно проводить как можно дольше.	Воспитатель. Помощник воспитателя.
2.3.	Игры с водой	На прогулке, при установившейся теплой погоде +22С и выше. Время процедур – 10 минут	●игры с водой проводятся в тазиках (рекомендации по организации игр с водой). ●необходимо иметь картотеку игр с водой.	Воспитатели групп.

ПРОЦЕДУРНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ

3.	Световоздушные ванны	●общие – на открытом воздухе ●местные – в различных режимных моментах (утренняя гимнастика, Ф3 и т.д.) ●начиная с 5-ти минут и постепенно доводя до 30-40 минут	●общие световоздушные ванны начинают в кружевной тени деревьев при +19С, +20С для детей старшего возраста. ●при +20С, +21С для детей младшего возраста. ●в дождливые дни и при температуре воздуха на улице ниже +18С воздушные ванны проводятся в помещении. <u>Показания:</u> Световоздушные ванны могут принимать практически здоровые дети и ослабленные дети после перенесенных заболеваний. Детям с задержкой роста и развития прием световоздушных ванн показан особо! Целесообразно проводить световоздушные ванны в 9 – 11 часов.	Воспитатели групп.
----	----------------------	---	---	--------------------

			<u>Противопоказания:</u> Острые инфекционные заболевания. С 16 – 17 часов самые опасные лучи. Опасно для здоровья.	
4.	Питьевой режим	Питьевой режим обеспечивается в течение всего дня, по желанию детей	• посуда для питья выносится в полиэтиленовом пакете с маркировкой «чистая посуда». Для использованной – маркировка «грязная посуда». • количество чашек должно быть больше количества детей.	Воспитатель. Помощник воспитателя.