

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР
в МБДОУ ДС ОВ № 41 ст. Смоленской МО Северский район на летний период**

Виды закаливания	Время в режиме дня, место проведения	Особенности методики проведения	Ответственный исполнитель
Воздушные ванны			
Сквозное проветривание помещений	Ежедневно	Проводится в отсутствии детей. При t выше $+18^0$ на улице, тихом ветре и солнечной погоде - держать постоянно открытую фрамугу	Младшие воспитатели, воспитатели
Соблюдение t режима в группах	Ежедневно	$t +18^0 - +21^0$ – детский сад	Мл. воспитатели, воспитатели
Длительное пребывание детей на свежем воздухе	Утренний прием на участке. Исключение: адаптационный период. Дневная и вечерняя прогулка проводятся ежедневно в соответствии с режимом каждой возрастной группы	Осмотр участка перед прогулкой. Полив участка и песочницы. Соответствие одежды детей погоде. Обязательно наличие головного убора. Соблюдение питьевого режима. Обеспечение достаточной двигательной активности (60% от всей прогулки отводится на двигательную активность). В утреннюю прогулку включается оздоровительный бег (технологию см. Приложение 1).	Старшая медсестра, воспитатель, младший воспитатель
Утренняя гимнастика	Утренняя гимнастика проводится ежедневно на участке – 10 мин.	Обеспечить приподнятое эмоциональное состояние, отсутствие заорганизованности, строгих правил и требований дисциплины.	Воспитатели, Муз. рук.
Совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств	Проводятся на дневной прогулке ежедневно: младший возраст – 20 мин; старший возраст – 25 мин.	Место проведения оборудуется заранее. В жаркие дни уменьшается число повторений упражнений, снижается их интенсивность и длительность, виды движений (бег-ходьба). Выбор подвижных и спортивных игр зависит от погодных условий. Для детей «группы риска» (II—III группы здоровья) индивидуальное дозирование физических нагрузок, ограничение подвижных игр.	Воспитатель
Сон без маек	Проводится в спальном комнате в соответствии с режимом дня	Температура в спальном комнате должна быть не ниже $+14^0 \text{C}$. Обеспечивается спокойная обстановка перед сном и во время сна. Соблюдение для детей «группы риска» длительности сна.	Воспитатели
Световоздушные и солнечные ванны			
Световоздушные ванны	На прогулке с 9 до 11 ч.	Показания: световоздушные ванны могут принимать практически здоровые и ослабленные дети после перенесенных заболеваний. Детям с задержкой роста и развития прием	Старшая медсестра, воспитатель

		световоздушных ванн показаны особо! Противопоказания: острые инфекционные заболевания. Проводятся начиная с 5 мин и постепенно доводя до 30-40 мин: общие на открытом воздухе, местные в различных режимных моментах. Общие световоздушные ванны начинают в кружевной тени деревьев: при $t + 19-20^{\circ}\text{C}$ для детей старшего возраста; при $t + 20-22^{\circ}\text{C}$ для детей младшего возраста	
Солнечные ванны	На прогулке с 10 до 11 ч.	Дети находятся на открытом солнце. Назначение солнечных ванн проводится лишь после предварительного недельного курса ежедневных световоздушных ванн. Процедура проводится либо в подвижном состоянии, либо в лежачем, сидячем положении в зависимости от температуры воздуха, силы ветра, влажности воздуха. Солнечные ванны проводятся не ранее чем через 1,5 ч после еды, заканчиваются не позднее чем за 30 мин до еды. По окончании солнечных ванн проводится водная процедура и отдых в тени. Технологию см. Приложение 1.	Старшая медсестра, воспитатель
Водные процедуры			
Обширное умывание	Проводится ежедневно во время гигиенических процедур	Технологию см. Приложение 1.	Воспитатель, Мл. воспитатель
Обливание ног водой	Проводится ежедневно после прогулки в умывальной	Начинают с t воды $+28^{\circ}$ – $+30^{\circ}\text{C}$, снижая каждые 3 дня на 1° и доводят до $+18^{\circ}\text{C}$ – для младшего, среднего возраста, и $+16^{\circ}\text{C}$ – для старшего возраста см. Приложение 1.	Воспитатель, младший воспитатель
Полоскание полости рта	Процедура проводится после каждого приема пищи	Кипяченая вода приготавливается заранее и охлаждается до комнатной t . Процедура выполняется в умывальной комнате.	Воспитатель, мл. воспитатель
Игры с водой	На прогулке, при установившейся теплой погоде (t воздуха $+22^{\circ}\text{C}$ и выше). Время процедур от 10 мин.	Игры с водой проводятся в плескательных бассейнах, тазиках.	Воспитатель
Босо хождение			
По траве, мокрому песку, неровной земле	На прогулке, при установившейся теплой погоде (t воздуха $+22^{\circ}\text{C}$ и выше) Время процедуры от 10 мин и больше	Обязательный осмотр участка на наличие травмоопасных предметов. Начинается процедура с пробежки. Длительность 1—3 мин. Движения должны быть непрерывными. После процедуры дети обуваются в сухую обувь и ходят еще 5—10 мин.	Старшая медсестра, воспитатель, младший воспитатель