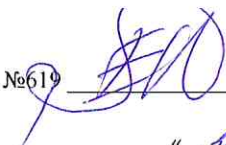


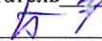
СОГЛАСОВАНО

Ст. воспитатель  /Туманова Н.В. /Врач  /Бабич А.Н./

УТВЕРЖДЕНО

Зам. директора Школы №619  /Стеблецова Е.Н./« 30 » март 2025**СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР (ранний возраст)**

Виды закаливания	Время в режиме дня, частота, длительность	Методические рекомендации	Ответственные
БЫТОВОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Длительное пребывание на свежем воздухе	Утренний прием, дневная и вечерняя прогулки	Осмотр участка, его своевременный полив, соблюдение питьевого режима и режима двигательной активности, одежда детей в соответствии с погодными условиями	Воспитатель
Утренняя гимнастика	Проводится на участке во время утреннего приема. Длительность – 10 мин.	Незаорганизованность проведения, дать детям положительный заряд, 2 комплекса в месяц, включая оздоровительный бег в течение 3 мин.	Воспитатель, физ. руковод. Муз. руковод.
Сон без маек	В соответствии с режимом дня, t в спальне не ниже +20	Обеспечивается спокойная обстановка, детям «группы риска» увеличивается продолжительность.	Воспитатель
Бодрящая гимнастика	Ежедневно после сна. Длительность 10 - 13 мин.	Незаорганизованность, проведение упражнений на дыхание. Профилактику плоскостопия, картотека комплексов.	Воспитатель
ВОДНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Обширное умывание (до локтя)	Ежедневно перед едой Длительность от 10 сек. до 25 сек	Температура воды 18 – 22 градуса, после процедуры руки вытираются массажными движениями	Воспитатель, Пом. воспитателя
Мытье ног водой комнатной t	Ежедневно после дневной прогулки	Вода комнатной температуры, ноги моем проточной водой на деревянной решетке	Воспитатель, Пом. воспитателя
ПРОЦЕДУРНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Световоздушные ванны (общие)	На прогулке с 10 до 11 часов Длительность От 15-20 до 20-30 мин	Температура воздуха не ниже 21 и не выше 28 градусов, в кружевной тени деревьев	Воспитатель
Солнечные ванны	На прогулке с 10 до 11 час Длительность 5-15 мин	После недели световоздушных ванн, под руководством врача, через 1,5 часа после еды и за 30 мин до еды; температура воздуха от 18 до 27 градусов, обязателен головной убор	Воспитатель
Питьевой режим	В течение всего дня	Иметь подписанные пакеты или тару под «чистые» и «грязные» кружки; количество чистых кружек превышает количество детей в группе	Воспитатель, Пом. воспитателя
Хожение по «Дорожке здоровья»	2-3 раза в неделю	Температура воздуха не ниже +22 градусов 1-2 минуты	Воспитатель, Пом. воспитателя

СОГЛАСОВАНО
Ст. воспитатель  /Туманова Н.В. /
Врач  /Бабич А.Н../

УТВЕРЖДЕНО
Зам. директора Школы №619  /Стеблецова Е.Н./

« 30 » ноября 2025

СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР (младший возраст)

Виды закаливания	Время в режиме дня, частота, длительность	Методические рекомендации	Ответственные
БЫТОВОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Длительное пребывание на свежем воздухе	Утренний прием, дневная и вечерняя прогулки	Осмотр участка, его своевременный полив, соблюдение питьевого режима и режима двигательной активности, одежда детей в соответствии с погодными условиями	Воспитатель
Утренняя гимнастика	Проводится на участке во время утреннего приема. Длительность – 10 мин.	Незаорганизованность проведения, дать детям положительный заряд, 2 комплекса в месяц,	Воспитатель, физ. руковод. Муз. руковод.
Сон без маек	В соответствии с режимом дня, t в спальне не ниже +20	Обеспечивается спокойная обстановка, детям «группы риска» увеличивается продолжительность.	Воспитатель
Бодрящая гимнастика	Ежедневно после сна. Длительность 10 - 13 мин.	Незаорганизованность, проведение упражнений на дыхание. Профилактику плоскостопия, картотека комплексов.	Воспитатель
ВОДНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Обширное умывание (до локтя)	Ежедневно перед едой Длительность от 10 сек. до 25 сек	Температура воды 18 – 22 градуса, после процедуры руки вытираются массажными движениями	Воспитатель, Пом. воспитателя
Мытье ног водой комнатной t	Ежедневно после дневной прогулки	Вода комнатной температуры, ноги моем проточной водой на деревянной решетке	Воспитатель, Пом. воспитателя
Полоскание рта	Ежедневно, после обеда	Кипяченая вода комнатной температуры	Воспитатель, Пом. воспитателя
ПРОЦЕДУРНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Световоздушные ванны (общие)	На прогулке с 10 до 11 часов Длительность От 15-20 до 20-30 мин	Температура воздуха не ниже 20 и не выше 28 градусов, в кружевной тени деревьев	Воспитатель
Солнечные ванны	На прогулке с 10 до 11 час Длительность 5-15 мин	После недели световоздушных ванн, под руководством врача, через 1,5 часа после еды и за 30 мин до еды; температура воздуха от 18 до 27 градусов, обязателен головной убор	Воспитатель
Питьевой режим	В течение всего дня	Иметь подписанные пакеты или тару под «чистые» и «грязные» кружки; количество чистых кружек превышает количество детей в группе	Воспитатель, Пом. воспитателя
Ходжение по «Дорожке здоровья»	2-3 раза в неделю	Температура воздуха не ниже +22 градусов 4-5 мин	Воспитатель, Пом. воспитателя

СОГЛАСОВАНО

Ст. воспитатель  /Туманова Н.В. /Врач  /Бабиц А.Н./

УТВЕРЖДЕНО

Зам. директора Школы №619  /Стеблецова Е.Н./« 10 » ~~октябрь~~ 2025**СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР (старший возраст)**

Виды закаливания	Время в режиме дня, частота, длительность	Методические рекомендации	Ответственные
БЫТОВОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Длительное пребывание на свежем воздухе	Утренний прием, дневная и вечерняя прогулки	Осмотр участка, его своевременный полив, соблюдение питьевого режима и режима двигательной активности, одежда детей в соответствии с погодными условиями	Воспитатель
Утренняя гимнастика	Проводится на участке во время утреннего приема. Длительность – 10 мин.	Незаорганизованность проведения, дать детям положительный заряд, 2 комплекса в месяц,	Воспитатель, физ. руковод. Муз. руковод.
Сон без маек	В соответствии с режимом дня, t в спальне не ниже +18	Обеспечивается спокойная обстановка, детям «группы риска» увеличивается продолжительность.	Воспитатель
Бодрящая гимнастика	Ежедневно после сна. Длительность 10 - 13 мин.	Незаорганизованность, проведение упражнений на дыхание. Профилактику плоскостопия, картотека комплексов.	Воспитатель
ВОДНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Обширное умывание (до локтя)	Ежедневно перед едой Длительность от 10 сек. до 25 сек	Температура воды 18 – 22 градуса, после процедуры руки вытираются массажными движениями	Воспитатель, Пом. воспитателя
Мытье ног водой комнатной t	Ежедневно после дневной прогулки	Вода комнатной температуры, ноги моем проточной водой на деревянной решетке	Воспитатель, Пом. воспитателя
Полоскание рта	Ежедневно, после обеда	Кипяченая вода комнатной температуры	Воспитатель, Пом. воспитателя
ПРОЦЕДУРНОЕ ЗАКАЛИВАНИЕ			
Световоздушные ванны (общие)	На прогулке с 10 до 11 часов Длительность От 15-20 до 20-30 мин	Температура воздуха не ниже 19 и не выше 28 градусов, в кружевной тени деревьев	Воспитатель
Солнечные ванны	На прогулке с 10 до 11 час Длительность 5-15 мин	После недели световоздушных ванн, под руководством врача, через 1,5 часа после еды и за 30 мин до еды; температура воздуха от 18 до 27 градусов, обязателен головной убор	Воспитатель
Питьевой режим	В течение всего дня	Иметь подписанные пакеты или тару под «чистые» и «грязные» кружки; количество чистых кружек превышает количество детей в группе	Воспитатель, Пом. воспитателя
Хожение по «Дорожке здоровья»	2-3 раза в неделю	Температура воздуха не ниже +22 градусов 5-7 мин	Воспитатель, Пом. воспитателя