

Система закаливающих мероприятий в МДОУ № 50

Содержание	Возрастные группы			
	младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Воздушно-температурный режим:	от +19 до + 21°С	от+19до+21°С	от +19 до + 21°С	от +19 до + 21°С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей			
Одностороннее проветривание	В холодное время проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 мин до их прихода с прогулки. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении на 2-4 °С			
Сквозное проветривание (в отсутствие детей):	Сквозное проветривание проводится не менее 10 мин через каждые 1,5 часа. В помещениях спален проветривание проводится до дневного сна. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении на 2-4 °С			
Утром, перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
Перед возвращением детей с дневной прогулки	от +19 до + 21°С	от +19 до + 21°С	от +19 до + 21°С	от +19 до + 21°С
Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года сон организуется при открытых окнах..			
Воздушные ванны: Прием детей на воздухе	в теплый период	в теплый период	в теплый период	в теплый период
Утренняя гимнастика	В летний период на улице. В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная			
Физкультурные занятия	3 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 19 °С. Форма спортивная.		2 раза в неделю физкультурное занятие в зале при + 19 °С. Форма спортивная Одно занятие круглогодично на воздухе	
Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям. В холодное время года:			
	до - 15 °С	до - 15 °С		до - 15 °С, при скорости ветра не более 7 м/с
	при неблагоприятных погодных условиях время сокращается.			
Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды,			

	температуры			
	+ 19 °С	+ 19 °С	+ 19 °С	+ 19 °С
Водные процедуры: Гигиенические процедуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры		Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры	
	В летний период – мытье ног.			