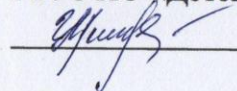


Согласовано с врачом
ГБУЗ НО «Детская городская поликлиника № 18»

 Г.М. Микульская

Утвержден
Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 154»
№ 305 от 31.08.2018г.

Схема проведения закаливающих мероприятий МБДОУ «Детский сад № 154»

Факторы закаливания	Мероприятия с детьми	Младший		Средний		Старший		Время проведения мероприятия в режиме дня
		I гр.зак.	II гр.зак.	I гр.зак.	II гр.зак.	I гр.зак.	II гр.зак.	
Воздух	Гимнастики и прогулки в течение дня	+	+	+	+	+	+	Ежедневно во время прогулки
	Местные воздушные ванны	t+21 10-15 мин.	t+23 3-5 мин.	t+20 12-17 мин.	t+22 5-7 мин.	t+18 15-20 мин.	t+20 6-8 мин.	Ежедневно при раздевании до сна, после, в сочетании с физическими упражнениями.
	Сон с доступом свежего воздуха	+	+	+	+	+	+	Ежедневно во время дневного сна
Вода	Полоскание рта (50-70 мл воды) водой комнатной температуры			+	+	+	+	Ежедневно 1 раз в день после обеда
	Обширное умывание	+ +24	+ +26	+ +23	+ +25	+ +22	+ +24	Ежедневно 1 раз в день после сна

Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 2000.