



Организация закаливания на летний оздоровительный период 2022-2023 уч.г.

Содержание	Возрастные группы		
	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Закаливающие процедуры			
- Одностороннее проветривание			
- Сквозное проветривание	В тёплое время проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении		
-Приём детей на воздухе	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
-Утренняя гимнастика (на воздухе)	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут
-Физическое развитие (на воздухе)	15 минут	20 минут	25 минут
-Прогулка	От 4, 5 часов		
-Хожение босиком	После дневного сна		
- Солевое закаливание	Ежедневно после сна		
-Хожение по ребристым дорожкам	Ежедневно после сна		
1.3.Водные процедуры:	Умывание		
-Гигиенические процедуры			
- Обливание рук до локтя после сна	28-26 ⁰ С	28-26 ⁰ С	25-24 ⁰ С
-Обливание ног	Ежедневно после прогулки.		
-Игры с водой	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно