

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего
от 27.05.2026 № 104



**Комплекс закаливающих мероприятий на теплый период 2025-2026 учебного года
(Нижний Новгород, ул. Василия Иванова, д. 20А)**

Наименование мероприятия	Возрастная группа	Периодичность проведения мероприятия
Элементы закаливания в повседневной жизни		
Прогулка	дети с 1,5 до 7 лет	ежедневно
Физические упражнения на воздухе	дети с 1,5 до 7 лет	ежедневно
Специальные мероприятия		
<i>Воздушные</i>		
Дневной сон (обнаженный торс)	дети с 1,5 до 7 лет	ежедневно
Воздушные ванны во время гимнастики после сна	дети с 1,5 до 7 лет	ежедневно
<i>Водные</i>		
Гигиенические процедуры - умывание лица, кистей рук водой комнатной температуры.	дети с 1,5 до 4 лет	ежедневно
- умывание лица, рук до локтей, шеи водой комнатной температуры	дети с 4 до 7 лет	ежедневно

Технология закаливающих мероприятий на теплый период 2025-2026 учебного года

(приложение к комплексу закаливающих мероприятий)

1. Элементы закаливания в повседневной жизни

- 1) **Прогулка** осуществляется в соответствии с утвержденным режимом дня. В содержание прогулки включаются организованная и двигательная деятельность детей в соответствии с двигательным режимом.
Медицинских отводов от данного мероприятия нет.
- 2) **Физические упражнения на воздухе** включаются в утреннюю гимнастику и совместную образовательную деятельность по физическому развитию. Одежда детей однослойная с коротким рукавом или без него, шея открыта (ежедневно, во всех возрастных группах).
Медицинских отводов от данного вида процедур нет.

2. Специальные мероприятия

Воздушные

- 1) **Дневной сон** при открытых окнах, форточках (без устройства сквозняков). Дети спят под простынями без масок (при температуре воздуха на улице не ниже 20 градусов, ежедневно).
Медицинских отводов от данных мероприятий нет.
- 2) **Воздушные ванны во время гимнастики после сна** проводится в соответствии с комплексом, включающем упражнения на дыхание, профилактику плоскостопия, нарушений в развитии осанки. Дети находятся без одежды и обуви.
Медицинских отводов от данных мероприятий нет.

3. Водные

- 1) **Умывание лица, кистей рук водой комнатной температуры**
- 2) **Умывание лица, рук до локтей, шеи водой комнатной температуры**
Медицинских отводов от данного мероприятия нет.