

Запевалова Елена
Валентиновна

Подписано цифровой
подписью: Запевалова Елена
Валентиновна
Дата: 2026.09.03 08:56:33 +03'00'

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №230»
Запевалова Е.В.
2026-27уч.г.

**СВОДНАЯ СХЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ
В МБДОУ «Детский сад №230»
(ОСЕНЬ - ЗИМА)**

МЕРОПРИЯТИЯ	ГРУППА	1 мл. гр.	2мл.гр.	Сред. гр.	Старш. гр.	Подгот гр.
Полоскание: Рта и горла водой		-	кип.в. ком.t	кип.в. ком. t	кип.в. ком.t	кип.в. ком.t
Воздушное закаливание: 1. Утренняя гимнастика в облегченной одежде.		+	+	+	+	+
2. Контрастные воздушные ванны после сна.		В кровате t 22*	В кровате t 22	С упраж. t 20*	С упраж. t 20*	С упраж. t 20*
3. Ходжение босиком		-	-	По м-к Дорожке	По м-к дорожке	По м-к дорожке
4. Сон с доступом свежего воздуха при t не ниже -22*С при отсутствии ветра.		-	+	+	+	+
Водное закаливание: 1. Расширенное умывание водой из-под крана.		-	-	До локтя и после сна лица и шеи	До локтя и после сна лица и шеи	До локтя и после сна лица и шеи