



МИНИСТЕРСТВО ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

_____ город (область)
_____ район “ _____ ”
дошкольной образовательной организации №

в летний оздоровительный
период 2026 года

ДОКУМЕНТЫ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ

(для средних групп)

Организация закаливающих мероприятий

Правильная и системная организация закаливающих мероприятий в летний оздоровительный период в дошкольных образовательных организациях имеет важное значение для адаптации организма детей к изменяющимся условиям внешней среды, укрепления их иммунной системы и обеспечения общего здорового развития.

Процесс закаливания способствует повышению устойчивости детей к заболеваниям, активизации защитных функций организма и формированию навыков здорового образа жизни.

В летний период на основе рационального использования природных факторов рекомендуется организовывать следующие основные закаливающие мероприятия:

- воздушные ванны;
- солнечные ванны;
- водные закаливающие процедуры;
- упражнения по ходьбе босиком;
- оздоровительные гимнастические упражнения.

Формы и методы оздоровления детей в оздоровительный период приведены в приложении.

Воздушные ванны осуществляются через пребывание детей на свежем воздухе в легкой одежде в течение определенного времени и помогают нормализовать процессы теплообмена организма.

Солнечные ванны проводятся в пределах нормы и способствуют синтезу витамина D и укреплению иммунитета детей. При этом время пребывания детей на солнце строго дозируется, а требования безопасности строго контролируются.

Водные закаливающие процедуры проводятся с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья детей с использованием воды нормативной температуры.

Упражнения по ходьбе босиком организуются на специально оборудованных площадках (коврики, грабли, специальные дорожки) и способствуют укреплению мышечной системы детей.

Оздоровительные гимнастические упражнения проводятся в составе утренней гимнастики и двигательной деятельности в течение дня и направлены на повышение физической активности детей и бодрости организма.

Закаливающие мероприятия организуются поэтапно с учетом состояния здоровья детей, возрастных групп и индивидуальных особенностей. С этой целью дети делятся на группы по состоянию здоровья, и для каждой группы процесс закаливания осуществляется на основе индивидуального подхода. Это повышает эффективность мероприятий и позволяет безопасно укреплять здоровье детей.

При организации специальных закаливающих мероприятий рекомендуется разделять всех воспитанников дошкольной образовательной организации на группы:

- 1-я группа - здоровые дети, ранее закаленные.
- 2-я группа - здоровые дети, впервые начинающие закаливающие мероприятия, или дети с отдельными недостатками в состоянии здоровья.
- 3-я группа - дети с хроническими заболеваниями, пришедшие в дошкольную образовательную организацию после длительного перерыва.

Дети распределяются по группам на основе следующих критериев:
отсутствие острых заболеваний в данный период;

положительное эмоциональное отношение детей к закаливающим мероприятиям; отсутствие отрицательных внешних признаков во время водных процедур, таких как затруднение дыхания от холода, резкое учащение сердцебиения, появление "гусиной кожи".

Процедуры закаливания свежим воздухом должны организовываться до водного и солнечного закаливания.

Закаливание солнцем начинается с легких воздушных ванн в тени деревьев, затем дети переходят к солнечным ваннам с открытыми руками и ногами, босиком; при этом на голове детей обязательно должен быть легкий головной убор.

Для принятия солнечных ванн рекомендуется проводить игры детей 5-6 минут под прямыми солнечными лучами, затем снова возвращать их в тень. После начала загара солнечные ванны организуются в общем порядке.

Солнечные ванны начинаются с 5 минут, доводятся до пребывания детей на солнце до 10 минут и в течение дня в общей сложности могут составлять 40-50 минут.

Запрещается привлекать к мероприятиям ребенка, которому закаливание запрещено медицинским заключением.

Следует помнить, что способы и средства закаливания подбираются индивидуально в зависимости от возраста ребенка, его состояния и условий окружающей среды.

Закаливание свежим воздухом рекомендуется всем детям, однако в зависимости от состояния ребенка следует проводить общие или частичные воздушные ванны.

То же самое относится и к водным процедурам: используются общие или частичные процедуры, а температура воды подбирается индивидуально.

Общие процедуры целесообразно проводить с использованием душа и бассейна, расположенных в организации.

Для организации ходьбы босиком можно использовать "дорожку здоровья" различных размеров и величин, оборудованную песком, камнями, гравием, керамзитом и другими материалами.

Для повышения эффективности закаливания в летний период необходимо широко использовать игры в плавательных бассейнах и искусственные бассейны для купания детей. При этом температура воды должна быть не ниже +20 градусов, а продолжительность пребывания в воде постепенно увеличивается от 30 секунд до 5-10 минут.

Воспитатели и их помощники контролируют оздоровительные процедуры и информируют медицинских работников дошкольной образовательной организации об их эффективности.

Организация медицинско-педагогического контроля за оздоровительным процессом обязательна.

Следует помнить, что эффективность оздоровления зависит от следующих факторов:

правильно организованного питания и питьевого режима;

соблюдения требований личной гигиены;

закаливания в пределах нормы (в необходимом объеме);

отсутствия факторов, угрожающих здоровью детей (вредные и ядовитые растения, большое количество насекомых, палки, камни, ветки, сломанное оборудование и его остатки и другое);

эмоционального состояния детей;

единых подходов к оздоровлению в семье и дошкольной образовательной организации.

график купания детей в летний сезон

| № | Группы | Время купания | | | | |
|---|---------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | | понедельник | вторник | среда | четверг | |
| 1 | 3- младшая группа | 11.00-11.15 | | | | |
| 2 | 2- младшая группа | | 11.15-11.30 | | | |
| 3 | 1- средняя группа | | | | | |
| 4 | 1- старшая группа | | | 11.45-12.05 | | |
| 5 | 2- подготов. группа | | | | 12.05-12.25 | |
| 6 | 3- подготов. группа | | | | | 12.25-12.45 |

График очистки помещений дезинфицирующим средством и проветривания помещений чистой водой

| № | Группы | Дни недели | | | | |
|---|---------------------|-------------|---------|-------|---------|---------|
| | | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница |
| 1 | 3- младшая группа | ■ | | | | |
| 2 | 2- младшая группа | ■ | | | | |
| 3 | 1- средняя группа | | ■ | | | |
| 4 | 1- старшая группа | | | ■ | | |
| 5 | 2- подготов. группа | | | | ■ | |
| 6 | 3- подготов. группа | | | | | ■ |

“УТВЕРЖДАЮ”
Директор ДОО № _____

_____.05.2026 год

План летних кружков в ДОО № _____

| № | Название круга | Количество детей | День | Время | Руководитель кружка |
|---|----------------|------------------|------|-------------|---------------------|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | 15.30-16.30 | |
| 3 | | | | 15.30-16.30 | |
| 4 | | | | 15.30-16.30 | |
| 5 | | | | 15.30-16.30 | |
| 6 | | | | 15.30-17.30 | |

“УТВЕРЖДАЮ”
Директор ДОО № _____

_____.05.2026 год

План ДОО № _____ по просмотру фильмов на видео для воспитанников группы в летний сезон

| № | Группа | 1-неделя | 2- неделя | 3- неделя | 4- неделя |
|---|---------------------|----------|-----------|-----------|-----------|
| 1 | 1- младшая группа | | | | |
| 2 | 2- младшая группа | | | | |
| 3 | 3- младшая группа | | | | |
| 4 | 1- средняя группа | | | | |
| 5 | 1- старшая группа | | | | |
| 6 | 1- подготов. группа | | | | |
| 7 | 2- подготов. группа | | | | |

veb-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com veb-sayti orqali o'zingiz uchun kerakli ma'lumotlarni yuklab oling.

Zokirjon Admin bilan

90-530-88-18, 91-328-88-38 nomerga telegramdan yozishingiz yoki telegramdan jek456 izlab telegramdan yozishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirining 2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug'i 1- va 2-ilovalari,

Suv resurslarini tejash, Ekologik tarbiya va Gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan "Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha rus bog'chalarga o'rta guruh chiniqtirish hujjatlarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing

Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To'lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



DIQQAT!!!

Bu hujjatni hech kimga tarqatmaslik sharti bilan olishingiz mumkin.

Sizga bu **OMONAT qilib beriladi.**

To'liq holda olganingizdan so'ng:

Faqat o'zingiz uchun foydalaning.

Hech kimga bermang hattoki eng yaqin insoningizga ham.

Internet veb-saytlarga joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT QILMANG.

Online kompyuter xizmatlari

O'zbek va rus bog'chalari uchun

Buyurtma asosida

MTT direktori, direktor o'rinbosari, MTT psixologi, defektologi, musiqa rahbari, jismoniy tarbiya yo'riqchisi, MTT hamshirasi, XIBDO va tarbiyachilar uchun:

testlar, to'garaklar, bayram tadbir senariylari, ochiq faoliyat ishlanmalar va slaydlar (taqdimotlar), refetarlar, mustaqil ishlar, ko'rgazma va tarqatmalar, faxriy yorliq, diplom, tashakkurnomalar va boshqa hujjatlarni tayyorlab beramiz.

Tel:91669-34-74 Telegramdan: @talimxizmatlar izlab toping.

Подготавливаем для директора МТТ, заместителя директора, психолога МТТ, дефектолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, медсестры МТТ, ХИБДО и воспитателей:

тесты, кружки, сценарии праздничных мероприятий, разработки открытых занятий и слайды (презентации), рефераты, самостоятельные работы, выставки и раздаточные материалы, почётные грамоты, дипломы, благодарственные письма и другие документы.

Тел: 91669-34-74 Telegram: @talimxizmatlar (найдите по поиску)