



МИНИСТЕРСТВО ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

_____ район (область)
_____ “_____”
дошкольной образовательной организации

в летний оздоровительный
период 2026 года

**ДОКУМЕНТЫ ПО
САКАЛИВАНИЮ**

(для старших групп)

КАРАМШУМА

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 летний 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 организуются в пределах нормы и способствуют синтезу витамина D и укреплению общего иммунитета детей. При этом время пребывания детей на солнце постепенно увеличивается, 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 (песок, гравий, специальные дорожки) и способствуют укреплению мышц ног и нервной 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 распределяются 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 их сначала под прямыми солнечными лучами, затем снова возвращать их в тень. В начале загара солнечные ванны организуются в общем порядке.

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

Запрещается привлекать к мероприятиям по закаливанию свежим воздухом детей, у которых это 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 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 темп их проведения определяется индивидуально.

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

Для организации хождения по солнцу можно использовать "дорожку здоровья" различных размеров, оборудованную песком, камнями, гравием, керамзитом и другими материалами.

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

Воспитатели и медицинские работники контролируют оздоровительные процедуры и информируют родителей о результатах оздоровления детей.

Организация медицинского педагогического контроля за оздоровительными процедурами обязательна.

Следует помнить, что эффективность оздоровления зависит от следующих факторов:

- правильного 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.

Республика Узбекистан
 Министерства дошкольного
 и школьного образования
 26 мая 2026 года
 К приказу №185
 Приложение 1

график купания детей в летний сезон

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

График очистки бассейна дезинфицирующим средством и наполнения чистой водой

№	Группы	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				15.30-16.30	
2				15.30-16.30	
3				16.00-16.30	
4					
5				15.30-16.30	
6				15.30-16.30	

“УТВЕРЖДАЮ”
Директор ДОО № _____

_____.05.2026 год

План ДОО по выпуску видеороликов для воспитанников группы в _____ сезон

№	Группы	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	подготов. группа				
7	детей подготов. группа				

План мероприятий по запуску и проведению "Летних оздоровительных и досуговых мероприятий в течение 3-х месяцев" в ДОО № _____

п/п	Содержание работы	срок	ответственный
1. Организационная работа			
1	Подготовка групповых и содержательных площадок к летнему сезону: - спортивная площадка - автостоянка - сказочный город - бассейн для купания - украшение крыльца	30.05.2026	Директор ДОО
2	Утверждение плана организации летней оздоровительной работы в организации	30.05.2026	Директор
3	Перевод организации на летнюю повестку дня	30.05.2026	Директор
4	«Здравствуй, лето!» подготовка сценария	30.05.2026	Старший воспитатель
5	Обогащение педагогической базы: - обогащение спортивных площадок необходимым спортивным инвентарем; - подготовка атрибутики для сюжетных игр; - подготовка обучающих экологических игр; - воспроизведение настольно-ролевых творческих игр; - воспитание бережного отношения к труду, оборудование для проведения песочных игр с целью формирования групповой деятельности	июнь, июль, август	Воспитатели
2. Работа с педагогами и родителями			
1	Работа с педагогами: - Совместным методом “обсуждение проблем” в летние каникулы закаливающие месяцы; - Организация прогулок и экскурсий; - Рекомендации по правильной организации закаливающих процедур; - Практические беседы и советы по профилактике детских травм и оказанию первой помощи; - Рекомендации по организации, проведению смотровых конкурсов и спортивных соревнований; - Организация и проведение выставки детских творческих работ;	30.05.2026	Директор Медсестра Врач Старший воспитатель

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 katta 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

Buyutirma 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)