

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №17  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА  
Г. ЧЕХОВ

# ЗАКАЛИВАНИЕ В ДЕТСКОМ САДУ

Подготовила  
зам.заведующего по МВР  
Ушакова Ю.В.

2014 год

# **Закаливание в детском саду** – один из действенных методов укрепления иммунитета и профилактики заболеваний.

**Цель закаливания**– тренировка защитных сил организма, выработка способности быстро адаптироваться к новым условиям.

**Основная задача:** осуществлять комплексный подход к оздоровлению дошкольника средствами природы с учетом уровня его индивидуального здоровья при активном включении ребенка в процесс его формирования.

# Принципы закаливания:

- \* 1. Систематичность использования закаливающих процедур
- \* 2. Постепенность увеличение силы раздражающего воздействия
- \* 3. Последовательность в проведении закаливающих процедур
- \* 4. Учёт индивидуальных особенностей ребенка и состояние его здоровья
- \* 5. Комплексность воздействия природных факторов
- \* 6. Положительно – эмоциональное отношение ребенка к закаливающим процедурам

# Противопоказания

- \* • если еще не прошло пяти дней после заболевания или профилактической прививки,
- \* • если еще не прошло двух недель после обострения хронического заболевания,
- \* • повышенная температура у ребенка вечером,
- \* • страх у ребенка перед закаливанием.

# Формы закаливания:

\* СОЛНЦЕ



\* ВОЗДУХ



\* ВОДА



# Закаливание солнцем

ИГРЫ В ТЕНИ



СОЛНЕЧНЫЕ  
ВАННЫ



# ЗАКАЛИВАНИЕ ВОЗДУХОМ

\* ПРОГУЛКИ НА  
СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ  
ЗАНЯТИЯ НА ВОЗДУХЕ



ПРИЕМ ДЕТЕЙ НА УЛИЦЕ И  
УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА НА  
УЛИЦЕ (С МАЯ ПО  
СЕНТЯБРЬ)

\* КОНТРАСТНЫЕ  
ВОЗДУШНЫЕ ВАННЫ  
ПОСЛЕ СНА

