

МБДОУ Курагинский Детский сад № 7 «Рябинка» комбинированного вида

Особенности организации закаливания в первой младшей группе ДОУ



Подготовила воспитатель: Блинцова Т.А

Пгт. Курагино, 2023г

Закаливание воздухом

- * прогулки в любую погоду в соответствующей одежде
- * воздушные ванны



Закаливание солнцем

- световоздушные ванны*
- солнечные ванны*
- отдых в тени*



Закаливание водой

- * *-умывание*
- * *-влажное обтирание*
- * *-обливание ног*
- * *-душ, общее обливание*



Хождение босиком

- * -ходьба по траве
- * -ходьба по песку
- * -ходьба по камешкам
- * -ходьба по «дорожке здоровья»



Дорожки здоровья

* Созданы совместно с родителями



Оптимальный двигательный режим

- * - *утренняя зарядка*
- * - *подвижные игры*
- * - *спортивные игры*
- * - *физические упражнения на прогулке*
- * - *самостоятельная двигательная активность*





Спасибо за внимание!