Мы гуляем и закаляемся

11 ноября в группе «Ромашка» прошла прогулка с элементами закаливания.

Закаливание у нас — не отдельные «процедуры по расписанию», а часть ежедневного режима. Все мероприятия проводятся строго по принципам постепенности, систематичности и с учётом индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

Мы не делаем «специальных процедур» на улице — закаливание встроено в обычную прогулку и проходит в игровой форме.

С самого утра ребята пригласили нашего пупса Сашу на прогулку, выбрали для него подходящую по сезону одежду. На улице ребята провели для Саши экскурсию по территории детского сада в разном темпе ходьбы, рассказали правила безопасной игры со снегом, научили как правильно выполнять дыхательные упражнения в игре «Сдуй снежинку», определили, что сегодня снег липкий, сырой, тяжелый. Слепили снеговиков.



Поиграли в подвижную игру «Кот и мыши», а также послушали тишину возле берёзы.

Информацию подготовила: Волкова Н.Л. 20.11.2026.