«Здоровое поколение» закаляемся с радостью, растём с заботой!

В III корпусе «Цветики – Цветочки» реализуется городской проект по закаливанию «Здоровое поколение».

Для группы «Стрекозка» этот проект уже стал доброй традицией. Мы реализуем его второй год подряд.











Наши прошлогодние воспитанники повзрослели и отправились в увлекательное школьное путешествие, а на смену им пришли новые участники – дети среднего дошкольного возраста, которым только предстоит познакомиться с удивительным миром закаливания.

Особенно радует активность родителей! После родительского собрания, на котором мы рассказали о значении закаливающих процедур для укрепления здоровья и повышения устойчивости детского организма, сразу появились желающие присоединиться к проекту. Ведь забота о здоровье детей объединяет нас общей целью – вырастить крепких, активных и счастливых ребят!

"Каждый день – шаг к здоровью!".



Наши занятия проходят интересно, динамично и с хорошим настроением. Каждый этап закаливания – это маленькое приключение, наполненное движением, радостью и положительными эмоциями.

Сначала ребята выполняют гимнастику в хорошо проветренном помещении, лимфодренажный массаж, затем выходят на свежий воздух, где обливаются холодной водой. Температура воды сейчас уже достигла 🌡30 °С (это не предел), а завершающим этапом становится энергичное растирание тела полотенцем.



Постепенность, последовательность и внимательное отношение к самочувствию каждого ребёнка – важные принципы нашей работы. Мы стремимся сделать закаливание не просто полезной процедурой, а увлекательной частью детской жизни, которая дарит радость, бодрость и уверенность в собственных силах.

Особое внимание в рамках проекта уделяется не только физическому укреплению организма, но и развитию психических функций детей.

В начале учебного года совместно с педагогом-психологом была проведена диагностика, направленная на оценку влияния регулярного локального и общего закаливания на развитие высших психических функций воспитанников. Полученные результаты станут отправной точкой для дальнейшего наблюдения за динамикой развития детей в ходе реализации проекта.

Мы уверены, что систематическая работа, профессиональное взаимодействие педагогов, поддержка родителей и искренняя забота о каждом ребёнке помогут нам достичь поставленных целей.

Ведь здоровое поколение начинается сегодня – с маленьких шагов, добрых традиций, позитивных эмоций и любви к детям.

Наша общая история здоровья, радости и счастливого детства!

Информацию подготовила: Татьяна Гумаратовна Игнатьева воспитатель, инструктор по закаливанию группы «Стрекозка» детский сад №162 корпус 3.

Ноябрь, 2026г.