УТВЕРЖДЕНО:
Директор
МАУ «ЗОЛ «Медная горка»
_____ Агапова Р.Р
«20» мая 2026 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по
воспитательной работе
_____
Хабибрахманова М.В.
«20» мая 2026 г.

Положение о проведение здоровьесберегающего мероприятия
«Закаливание»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения здоровьесберегающего мероприятия «Закаливание — путь к здоровью» в МАУ «ЗОЛ «Медная горка».

1.2. Мероприятие направлено на формирование у детей представлений о закаливании как важной составляющей здорового образа жизни, а также на развитие навыков безопасного отношения к процедурам, укрепляющим организм.

1.3. Закаливающие мероприятия проводятся постепенно, систематически, с учётом возраста, состояния здоровья, индивидуальных особенностей детей, погодных условий и рекомендаций медицинского работника лагеря.

1.4. Закаливающие процедуры осуществляются только при наличии разрешения медицинского работника и под контролем воспитателей, вожатых и ответственных сотрудников лагеря.

2. Цель и задачи

2.1. Цель

Формирование у детей осознанного отношения к закаливанию, развитие навыков здорового образа жизни, укрепление организма и повышение устойчивости к воздействию факторов внешней среды.

2.2. Задачи

- Познакомить детей с понятием «закаливание» и его значением для сохранения здоровья.
- Сформировать представление об основных принципах закаливания: постепенности, систематичности, последовательности и индивидуальном подходе.
- Познакомить детей с доступными и безопасными видами закаливающих процедур.
- Развивать навыки соблюдения правил личной гигиены.
- Формировать ответственное отношение к собственному здоровью.

- Способствовать повышению двигательной активности детей.
- Закреплять навыки правильного поведения на свежем воздухе, во время солнечных и водных процедур.
- Предупреждать переохлаждение, перегревание и другие неблагоприятные последствия неправильного проведения закаливающих процедур.
- Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность и умение соблюдать правила безопасности.

3. Формы и содержание мероприятия

В рамках мероприятия могут проводиться:

- тематические беседы «Что такое закаливание?»;
- информационные часы «Правила безопасного закаливания»;
- игровые занятия «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья»;
- физкультурные минутки и утренняя гимнастика на свежем воздухе;
- прогулки и подвижные игры на открытом воздухе;
- воздушные процедуры в соответствии с погодными условиями;
- солнечные процедуры с соблюдением требований безопасности;
- водные процедуры по назначению и под контролем медицинского работника;
- босохождение по безопасной поверхности при благоприятных условиях;
- практическое занятие «Составляем правила здорового закаливания»;
- викторины, тематические конкурсы, плакаты и презентации о здоровом образе жизни.

Закаливающие процедуры не должны проводиться в форме соревнования или принуждения. Каждый ребёнок участвует в них с учётом состояния здоровья и индивидуальных рекомендаций медицинского работника.

4. Организаторы

4.1. Организаторами и ответственными лицами за проведение мероприятия являются:

- заместитель директора по воспитательной работе;
- педагог-организатор;
- медицинский работник лагеря;
- воспитатели и вожатые детских отрядов.

4.2. Медицинский работник осуществляет контроль за допуском детей к закаливающим процедурам, учитывает медицинские показания и противопоказания, а также контролирует состояние воспитанников во время мероприятия.

4.3. Воспитатели и вожатые обеспечивают организованное участие детей, соблюдение правил поведения и требований безопасности.

5. Участники

Участниками мероприятия являются воспитанники детских отрядов МАУ «ЗОЛ «Медная горка».

Участие детей в закаливающих процедурах осуществляется с учётом медицинских рекомендаций, возраста и индивидуального состояния здоровья.

6. Оборудование

Для проведения мероприятия могут использоваться:

- интерактивная панель;
- компьютер или ноутбук;
- флеш-карта;
- удлинитель;
- информационные плакаты и памятки;
- спортивный инвентарь;
- гимнастические коврики;
- индивидуальные полотенца;
- питьевая вода;
- головные уборы для солнечных процедур;
- секундомер или часы;
- аптечка первой помощи.

Оборудование, используемое при проведении мероприятия, должно быть исправным и соответствовать требованиям безопасности.

7. Безопасность участников

7.1. Перед началом мероприятия воспитатели и вожатые проводят с детьми инструктаж по правилам безопасного поведения.

7.2. В период проведения мероприятия с детьми неотлучно должны находиться воспитатель и вожатые. При проведении водных процедур обязательно присутствие медицинского работника или ответственного сотрудника в соответствии с установленным порядком.

7.3. Участники без ведома воспитателей и вожатых не имеют права покидать место проведения мероприятия.

7.4. Закаливающие процедуры проводятся только при благоприятных погодных условиях и в соответствии с утверждённым режимом дня.

7.5. Не допускается проведение процедур:

- при плохом самочувствии ребёнка;
- при повышенной температуре тела и признаках заболевания;
- при наличии медицинских противопоказаний;
- при неблагоприятных погодных условиях;

- без контроля взрослых;
- с нарушением принципа постепенности;
- в форме принуждения или соревнования.

7.6. При появлении у ребёнка озноба, головокружения, слабости, чрезмерного покраснения или побледнения кожи, ухудшения самочувствия процедура немедленно прекращается. Ребёнку оказывается необходимая помощь, о случившемся сообщается медицинскому работнику и администрации лагеря.

7.7. При проведении солнечных процедур необходимо использовать головные уборы, соблюдать продолжительность пребывания на солнце и обеспечивать детей питьевой водой.

7.8. При проведении водных процедур необходимо соблюдать правила поведения у воды, не допускать толчков, бега, самостоятельного ухода детей и нахождения в воде без разрешения взрослых.

7.9. После закаливающих процедур дети должны быть переодеты в сухую одежду, при необходимости вытерты и обеспечены условиями для отдыха.

8. Место и время проведения

Место проведения: территория МАУ «ЗОЛ «Медная горка», спортивные площадки, прогулочные зоны и иные места, определённые ответственными лицами лагеря.

Время проведения: согласно плану воспитательной работы и распорядку дня смены, с учётом погодных условий, возраста детей и рекомендаций медицинского работника.

9. Ожидаемые результаты

В результате проведения мероприятия предполагается:

- формирование у детей представлений о пользе и правилах закаливания;
- повышение интереса к здоровому образу жизни;
- освоение детьми безопасных способов укрепления здоровья;
- развитие привычки соблюдать правила личной гигиены;
- повышение двигательной активности воспитанников;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью;
- соблюдение детьми правил поведения во время воздушных, солнечных и водных процедур;
- укрепление навыков безопасного поведения на открытом воздухе.

10. Заключительные положения

10.1. Организаторы мероприятия несут ответственность за жизнь и здоровье детей в период его проведения в соответствии с действующими локальными актами МАУ «ЗОЛ «Медная горка».

10.2. Все изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся по согласованию с администрацией лагеря и медицинским работником.