

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Вся жизнедеятельность ребёнка в нашем дошкольном учреждении направлена на сохранение и укрепление здоровья. Коллектив нашего детского сада целенаправленно работает над оздоровлением детского организма. Профилактическая работа проводится через интенсивное воздействие физических упражнений на ребенка, щадящий режим дня, усиленное питание, хороший уход за детьми, разнообразные закаливающие и оздоровительные процедуры, прогулки на свежем воздухе.

В осенне-зимний период осуществляются мероприятия по подготовке детского организма к сезонным инфекциям

Увеличивается риск простудных заболеваний, поэтому особую роль играют оздоровительные мероприятия.

Мероприятия обеспечивают решение воспитательно-образовательных задач, и в то же время задач оздоровления.

Организуются познавательные занятия «Уроки здоровья и основы безопасности жизнедеятельности» для детей 4-7 лет.

Ежедневно с детьми проводится утренняя гимнастика, включающая не только упражнения общеоздоровительного характера, но и упражнения, направленные на обучение детей правильному дыханию, точечный массаж.

На занятиях по физической культуре систематически используется дыхательная гимнастика, корригирующие упражнения, проводятся «Неделя здоровья», спортивные соревнования и досуги.

Хорошим методом приобщения к ЗОЖ является включение в систему работы детского сада гимнастики после дневного сна, включающей корригирующие и дыхательные упражнения, воздушные ванны.

С целью профилактики простудных заболеваний и авитаминоза в нашем детском саду проводятся оздоровительные фитопроцедуры



Шиповник - восстанавливает энергетический статус клеток детского организм, положительно влияет на обмен веществ, богат витамином С .

Проводится курс фитонцидотерапии
(лук, чеснок).



Проблема оздоровления детей дело не одного дня и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период. Прогулки детей на воздухе, профилактические мероприятия, направленные на оздоровление детского организма, рациональное питание, заботливые руки и любящие сердца всех сотрудников детского сада - всё это вместе даёт нам возможность укреплять здоровье детей, готовить их к успешному обучению в школе.

