

**«Укрепление и сохранение
здоровья
воспитанников МДОБУ
Великосельский
детский сад №14»**



**Главная задача детского сада –
совместно с семьей помочь
ребенку вырасти крепким и
здоровым, дать малышу
понять, что здоровье – главная
ценность жизни человека.**

Кодекс здоровья

Здоровье – наш капитал. Его можно увеличить, а можно и прокутить.
Хочешь быть здоровым – будь им!

Здоровье нужно не только тебе, но и людям, которым ты обязан помогать и защищать.

Здоровье – это не только физическая сила, но и душевное равновесие.

Здоровье – это физическая и гигиеническая культура нашего тела: нет ничего красивей человеческого тела.

Здоровье – это культура человека, культура человеческих отношений.

Здоровье – это любовь и бережное отношение к природе: природа не брат ни сестра, а отец и мать человечества.

Здоровье – это стиль и образ твоей жизни. Источник здоровья и источник всех бедствий зависят от тебя и от твоего образа жизни.

Хочешь быть здоровым – подружись с физической культурой, чистым воздухом и здоровой пищей.

Семья – наша опора и счастье: делай в семье так, чтобы каждый член семьи чувствовал свою нужность и зависимость друг от друга.

Хочешь жить – люби жизнь!

1 группа здоровья – 10 человек
2 группа здоровья – 64 человека
3 группа здоровья – 3 человека



На состояние здоровья детей влияют следующие факторы:

20 % - наследственность

20 % - ЭКОЛОГИЯ

10 % - развитие здравоохранения

50 % - образ жизни



Что такое здоровый образ жизни?

Это :

Рациональное питание

Соблюдение режима дня

Полноценный сон

Здоровая гимнастическая среда

Благоприятная психологическая атмосфера

Закаливание

«Родители являются первыми педагогами . Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка»

Закон РФ « Об образовании» (п1. ст18)



Тревожные факты

Анализ заболеваемости детей по возрастным группам

Группа	Количество дней, пропущенных детьми
«Яблонька»	309 дней
«Смородинка»	349 дней
«Вишенка»	521 день
«Земляничка»	330 дней
«Малинка»	434 дня

Простудные заболевания	65 человек	96%
Вирусные заболевания	3 человека	4,2 %
Аллергические заболевания	2 человека	2,8 %

Приобщение детей к здоровому образу жизни:

- *Целебные природные факторы окружающей среды
- *Психологический климат
- *Соблюдение режима дня
- *Прогулка
- *Сон
- *Закаливание

Режим дня



Режим дня



Режим дня



Прогулки



Масленица



Сон



Закаливание



Медицинский кабинет





Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей разных возрастных групп

№/п	Показатели в сутки	От 1 года до 3-х лет	От 3-х лет до 7 лет
1.	Энергия	1200 - 1400	1800
2.	Белок, г	36 - 42	54
3.	Жиры, г	40 - 47	60
4.	Углеводы, г	174-203	261

Помещение с холодильным оборудованием



Склад сыпучих продуктов



Мясо – рыбный цех



Холодный цех



Цех первичной обработки овощей



Горячий цех



Утренняя гимнастика



Физическая культура



Физическая культура на воздухе





**Спасибо за
внимание!**

