

# «КАК НЕ БОЛЕТЬ В ДЕТСКОМ САДУ?»»

Автор: методист  
Марченко Т.Н.



ОЖ



# А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?

- Что способствует ухудшению здоровья детей?
- Как бороться с высокой заболеваемостью детей?
- Чем можно повысить иммунитет ребенка?



## КАКИЕ ПРОБЛЕМЫ ВОЗНИКАЮТ?

- Повышение иммунитета, защита иммунитета;
- Приобретение специфических средств защиты;
- Физкультура(двигательные упражнения на улице);
- Лечебно-профилактическая работа;
- Закаливание;
- Прием витаминов, сиропов.
- Работа с родителями.

# ЦЕЛИ ДАННОГО ПРОЕКТА

- Цель: выявление механизмов и методов, с помощью которых можно организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоническое развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышению его уровня; приобщение детей физической культуре и здоровому образу жизни. Формирование у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

## НАШИ ДЕЙСТВИЯ:

- 1-группа: плавание «Ладушки»
- 2-группа: закаливание «Солнышко»
- 3-группа: воздушные ванны «Капельки»
- 4-группа: зимний сад «Смешарики»

# ПЛАВАНИЕ «ЛАДУШКИ»

- 1. Бег по воде за мячом.
- 2. Погружение в воду под обруч.
- 3. Лежим на воде с поддержкой круга.
- 4. Окунаемся по плечи.





## ЗАКАЛИВАНИЕ «СОЛНЫШКИ»

- Хожждение по солевой дорожке;
- Босохождение;
- Гимнастика;
- Хожждение по ребристой дорожке;





# ВОЗДУШНЫЕ ВАННЫ «КАПЕЛЬКИ»

- - утренняя гимнастика - это заряд бодрости на весь день.
- - оздоровительный ( дозированный бег);
- - упражнения на коррекцию осанки и стопы и народные подвижные игры;
- - гимнастика в сюжетной форме с предметами и без них;
- - гимнастика по интересам и игры по желанию детей.

# ЗИМНИЙ САД «СМЕШАРИКИ»

- Пребывание детей в зимнем саду насыщает их кислородом

