

**Тема:**

**«Пути реализации здоровьесберегающего подхода в воспитательно-образовательном процессе детей оздоровительной группы».**

**Григорьева Анна Олеговна**

**воспитатель**

**МБДОУ «Детский сад № 15»**

Иммануил Кант:

**«Человеку свойственно по природе своей соблюдать умеренность не только из-за заботы о своем здоровье в будущем, но также из-за хорошего самочувствия в настоящем»**







# «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»



**Брегг**

**«В нашем распоряжении 8 врачей, данных природой, всегда готовых помочь в создании 100% здоровья:**

- 1. Солнечный свет;**
- 2. Свежий воздух;**
- 3. Чистая вода;**
- 4. Естественное питание;**
- 5. Физические упражнения;**
- 6. Отдых;**
- 7. Хорошая осанка;**
- 8. Наш разум».**



# Здоровьесберегающие мероприятия

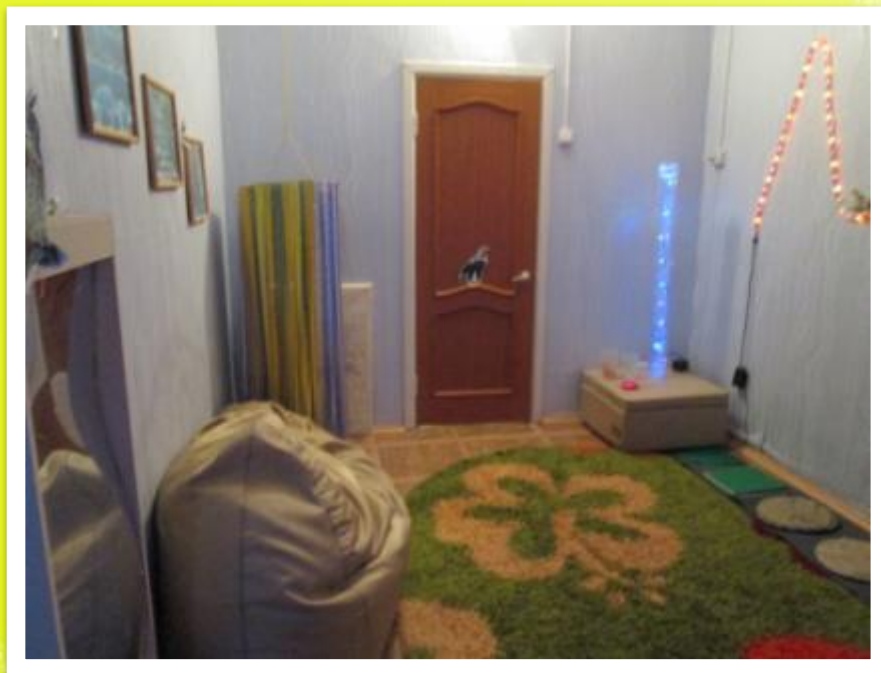








# Сенсорная комната





# Утренняя гимнастика



# Закаливание



## **Требования к закаливанию:**

- 1. Комплексная оценка здоровья ребенка;**
- 2. Определение типа и дозировки закаливания;**
- 3. Корректировка действий педагогов и родителей по выбору средств закаливания;**
- 4. Учет противопоказаний.**

# Гимнастика после сна





# Упражнения на дыхание



## **Противопоказания к закаливанию:**

- 1. Менее 5 дней после оздоровления или профилактической прививки;**
- 2. Менее 2-х недель после обострения хронического заболевания;**
- 3. Высокая температура в вечерние часы;**
- 4. Отсутствие контакта с семьей;**
- 5. Протест и страх ребенка;**
- 6. Температура окружающего воздуха ниже нормы.**

# **Закаливание предполагает непрерывность.**

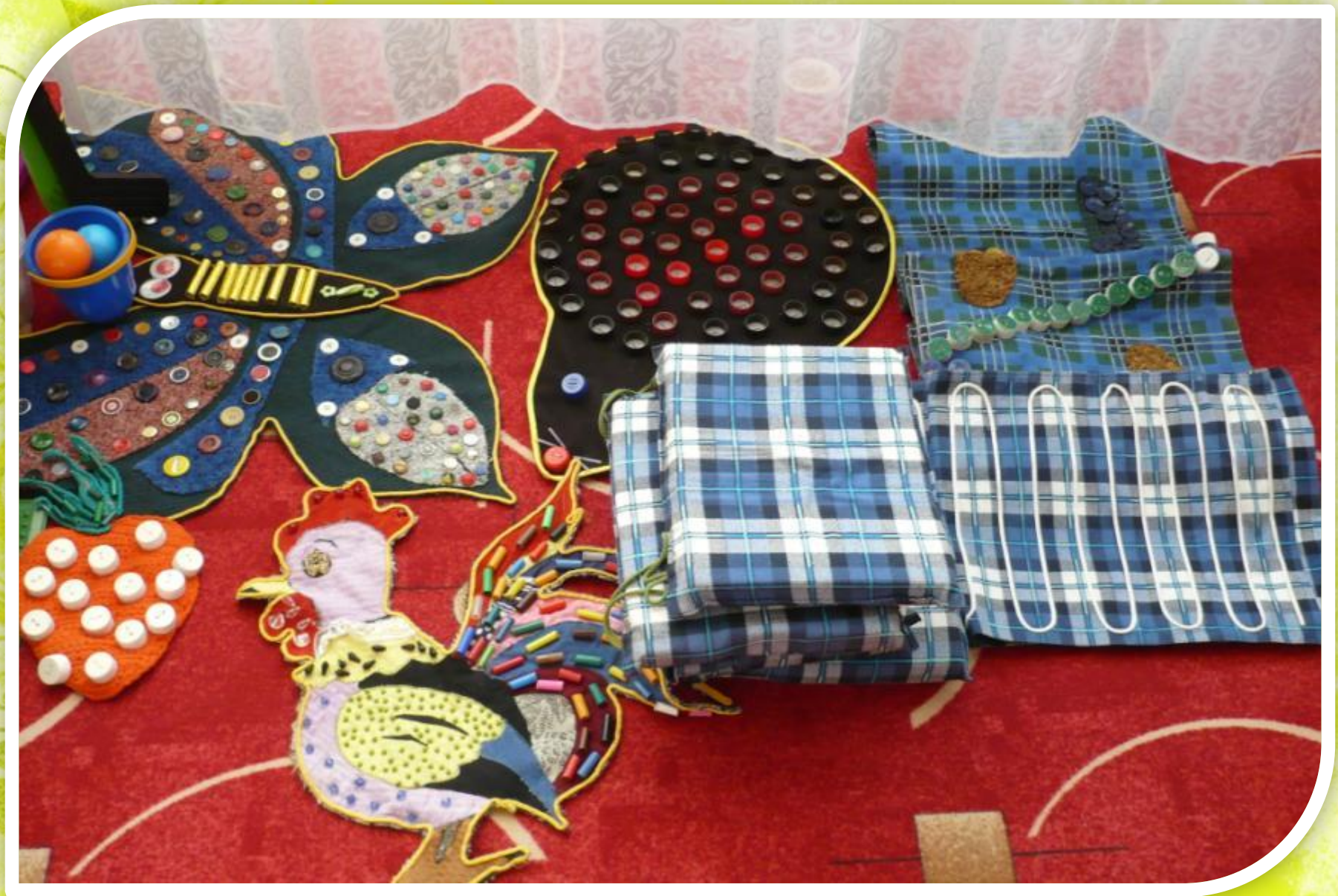
**Результат правильно организованной системы закаливания:**

- поддержка температурного баланса тела;
- нормализация поведенческих реакций ребенка;
- снижение инфекционно – воспалительных заболеваний;
- улучшение показателей физического развития;
- повышение уровня физической подготовленности.

# Центр «Песок - вода»







# Работа с родителями по направлениям



**Спасибо за внимание!**

