

Укрепление здоровья дошкольников в ДОУ



Направления деятельности МДОУ д/с «Теремок» пгт Свеча Кировской обл.

- **Укреплять здоровье детей**
- **Осуществлять профилактику заболеваний**
- **Повысить сопротивляемость детского организма влияниям внешней среды**
- **Создать оптимальные условия для закаливания**
- **Воспитать физически здорового, разносторонне развитого человека**

Задачи

- **Формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки дошкольника в соответствии с его индивидуальными особенностями**
- **Развивать физические качества ребёнка**
- **Воспитывать потребность в здоровом образе жизни**
- **Обеспечивать физическое и психическое благополучие**
- **Создавать условия для реализации потребности в двигательной активности**
- **Снизить уровень заболеваемости**

Закаливающие и лечебно-профилактические мероприятия

- **Утренняя гимнастика**











Воздушное закаливание



Сон без маек (в летний период)



Витаминотерапия



Кальций 25%



18% Фосфор



Белки 13,5%



**В одном стакане
молока содержится
(% дневной нормы)**



11% Селен



Калий 9%



**22% Рибофлавин
(витамин В₂)**



Витамин D 21%

А также:
- это **35 мг** полезнейших особых жирных кислот с противораковым действием;
- набор из **10** незаменимых аминокислот - триптофана, треонина, изолейцина, лейцина, лизина, метионина, фенилаланина, валина, аргинина, гистидина;
- полезнейшие вещества холин и бетаин, а также магний и цинк.



15% Витамин В₁₂

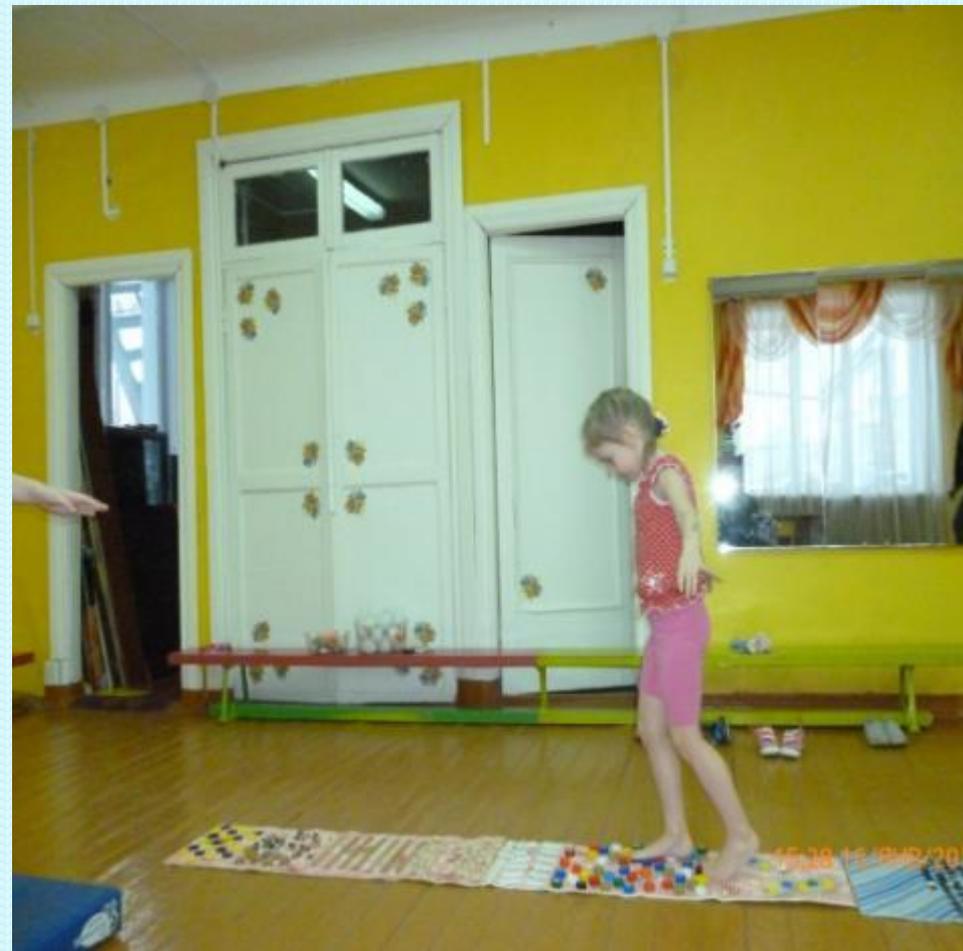


Точечный массаж





Босохождение









Корректирующая гимнастика после сна









Дыхательная гимнастика



Прогулки на свежем воздухе





11.09 10/9/8/7



11.09 10/9/8/7



**Спортивные
праздники, дни
здоровья**







Физкультминутки

**Музыкальные
занятия и
развлечения,
связанные с
ритмикой,
движением**





Походы, экскурсии









Занятия физкультурой



Спортивный зал





«Дорожка здоровья»



«Стена осанки»



«Следочки»





9:32 15/ЯНВ/2014



Спортивные уголки в группах





Результаты

- Наши воспитанники стали испытывать больше потребности в движениях, в физическом совершенствовании
- У детей сформировалась привычка к здоровому образу
- Дети стали более гибкими, повысилась работоспособность
- Каждый ребёнок овладел соответствующими двигательными навыками
- Повысился интерес родителей к проблемам физического воспитания детей
- Снизилась заболеваемость

Заболееваемость

- 2012 – 2013 учебный год – 9 %
- За последние 5 месяцев 2013 года – 4,9%
- что значительно ниже, чем областной показатель