

Закаливание в детском саду



Задачи ДОУ

Создать оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья, физического и психического развития дошкольников

Здоровьесберегающие технологии

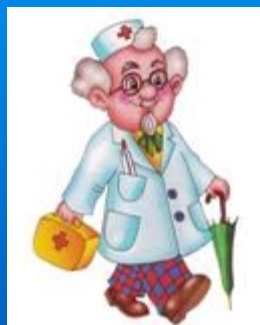
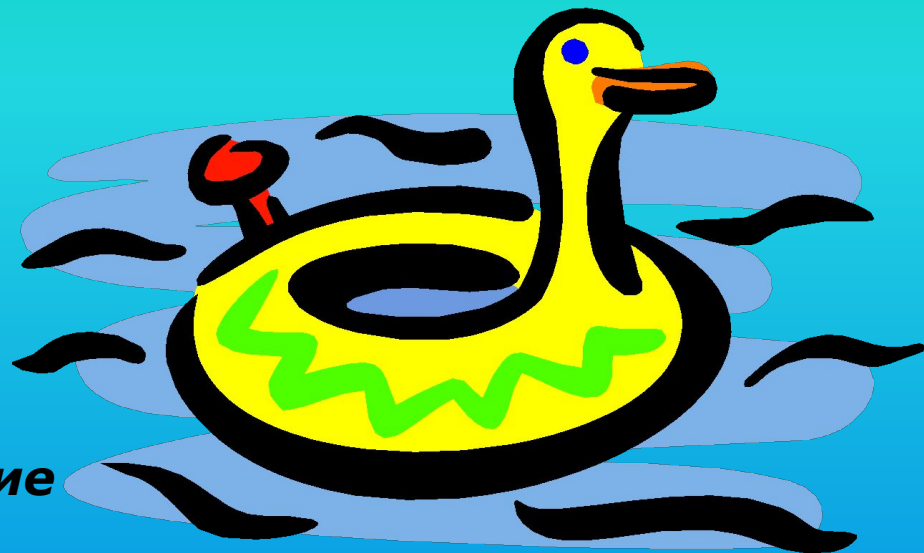
Оптимальный режим двигательной активности

Физическое воспитание

Рациональное питание

Медицинская и психологическая помощь и поддержка

Основы знания ЗОЖ



ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

- Оздоровительное
- Психо-эмоциональное благополучие
- Создание оптимально-гигиенических условий внешней среды
- Рациональное питание с обогащением пищи витаминами



**Свежий воздух всегда
лучше любого лекарства**

Утренняя гимнастика



**А теперь все по порядку
Становитесь на зарядку
Обруч в руки мы берем
Упражнения начнем**

Гимнастика после дневного сна



Одеяло мы подняли.
Сразу ножки побежали.

Раз, два, три!
Ну-ка ножки догони



**Щечку, шейку мы потрем
И водичкой обольём**



**Где солёная водица
Там для горла пригодится!**

•Солнечные ванны



Босоножье

Формы оздоровления детей

Витаминизация

фитотерапия

самомассаж

дыхательная
гимнастика

зарядка для глаз

точечный массаж

психогимнастика





Мы начнем сейчас
тренаж
Делай сам себе
массаж





**Массаж
НОГ**



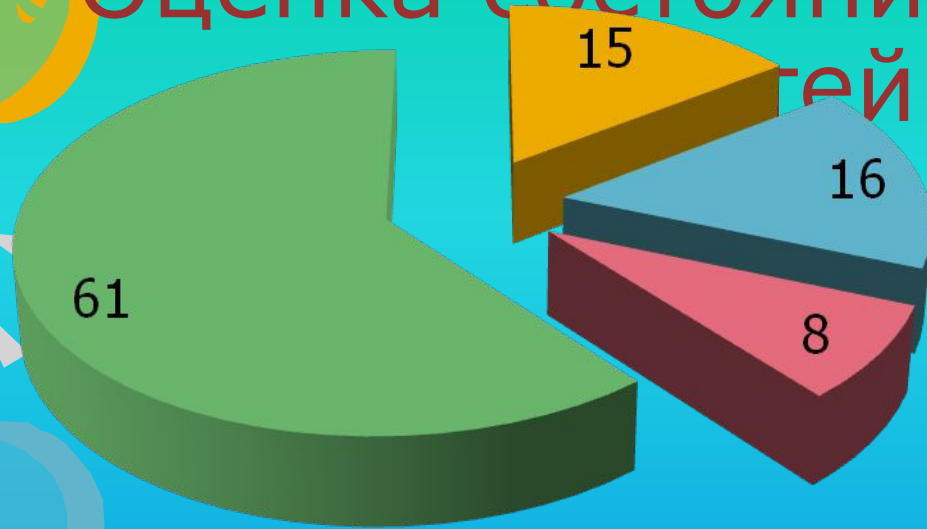
**Витамины все съедим
И болезни победим**

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА



Вот вдохнули глубоко
дышим чисто и легко

Оценка состояния здоровья



- % часто болеющих детей
- % с хронич забол
- % с наруш здоровья
- % здоровых детей

*Всем желаю закаляться,
Не болеть и не хворать.
Солнцу, небу улыбаться
И счастливыми всем стать!*