

Наша задача: научить не только сохранить здоровье дошкольника, но и укрепить его.

Факторы, влияющие на здоровье:

- соблюдение режима дня
- организация двигательной активности, длительность прогулки
- закаливание
- полноценное и рациональное питание
- условия жизни в семье -полноценный сон
- выполнение культурно-гигиенических норм и правил
- т.е. здоровый образ жизни семьи -влияние окружающей среды, экология - наследственность
- уровень развития здравоохранения и образования и т.д.

В нашем детском саду мы используем различные здоровьесберегающие технологии (создаем безопасные условия пребывания и обучения детей в ДОУ), в соответствии с возрастными, тендерными, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями, решаем задачи соответствия учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребёнка. Их использование в образовательном процессе идёт на пользу здоровья воспитанников, защищает и сохраняет здоровье детей. В своей педагогической деятельности использую следующие технологии:

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на воздухе
- прогулка
- подвижные игры