

*Использование  
здоровьесберегающих  
технологий  
в МДОУ «Сказка»  
п. Спирово Тверской обл.*

*Заведующая д/с*

*Краснова Лариса Викторовна*

# Здоровьесберегающая деятельность

- Санитарно-гигиенические мероприятия
- Санитарно-профилактическая работа
- Физкультурно-оздоровительная работа
- Совместная деятельность
- Взаимодействие ДОУ с семьей

# *Санитарно-гигиенические мероприятия*

- Рациональный режим активности и отдыха
- Тепловой режим
- Воздушный режим
- Освещенность
- Предметно-развивающая среда

# Физкультурно-оздоровительная работа

- Утренняя гимнастика(ежедневно)
- Физкультурные занятия(2раза в неделю в каждой группе)
- Бодрящая гимнастика(после дневного сна)
- Ритмическая гимнастика
- Аэробика
- Физкультминутки
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Релаксация
- Прогулки на свежем воздухе
- Досуги, развлечения

# *Санитарно-профилактическая работа*

- Рациональное сбалансированное питание(10-дневное меню)
- Диспансеризация
- Витаминизация
- Плановая иммунизация, в т.ч. посезонная
- Точечный массаж
- Закаливание в тёплый период года

# *Совместная деятельность*

- Игротерапия  
(игротанцы, игроритмика, игры разной степени подвижности)
- Усвоение культурно-гигиенических навыков
- Ритмопластика
- Сказкотерапия

# *Взаимодействие с семьей*

- Просветительская деятельность(рекомендации, консультации по формированию у ребенка потребности в ЗОЖ)
- Совместные мероприятия(экскурсии, досуги, развлечения)
- Привлечение родителей к созданию развивающей среды в группах и на участке д/с