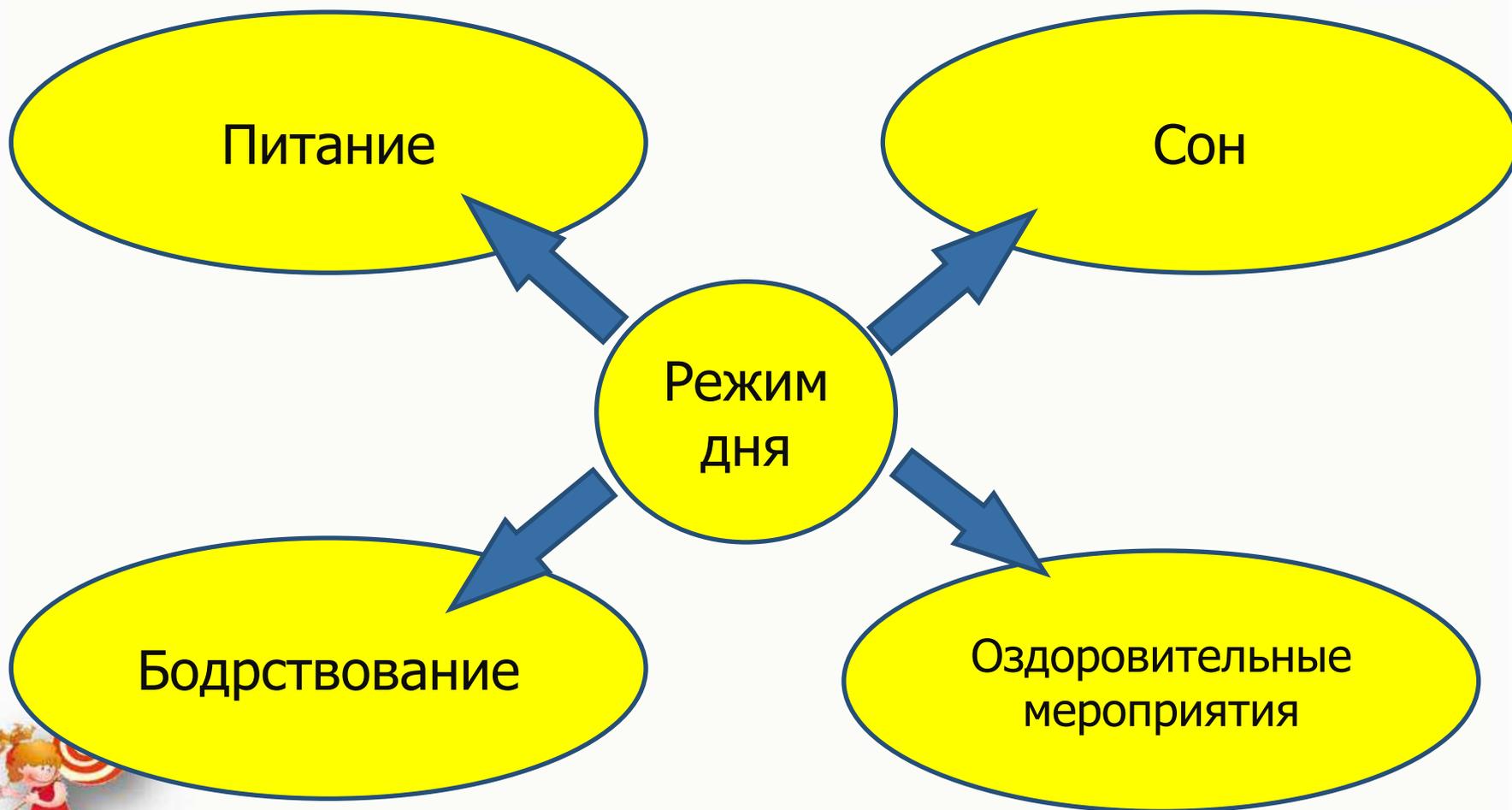


Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 45
комбинированного вида

Здоровье ребенка В Детском саду и дома



Организация режима дня дошкольника в Детском саду.



Бодрствование

Утро:

- 2 – 3 игры - занятия по расписанию
- минутки доброго чтения, здоровья и безопасности

Вечер:

- Игровая деятельность
- Продуктивная (рисование, аппликации, лепка, моделирование, конструирование)
- Трудовая
- Коммуникативная
- Чтение художественной литературы



Оздоровительные мероприятия



- Утренняя гимнастика;
- Физкультурные занятия 3 раза в неделю
- Физ. досуг 1 раз в месяц
- Закаливающие процедуры;
- Массаж (самомассаж)
- Подвижные игры





Прогулка в детском саду

Обязательный элемент режима дня.

Основная задача прогулки – обеспечение активной, содержательной, разнообразной и интересной для детей деятельности.

Прогулка должна дать разрядку и создать жизнерадостное настроение.





Первый компонент прогулки.

Наблюдение





Второй компонент прогулки.

Подвижные игры.





Третий компонент прогулки.

- Индивидуальная работа по физическому воспитанию.





Четвёртый компонент прогулки.

Трудовая деятельность.



Пятый компонент прогулки.



Самостоятельная деятельность.



Спокойный сон – залог здоровья.



Чтобы ребёнку хорошо спалось и он мог отдохнуть в середине дня в детском саду используются несколько правил.



Отличительная особенность младших групп



Оформлены «элементы засыпания»

дети ложатся спать и кошечка тоже закрывает глазки.





И в старших и в младших группах:

- период подготовки ко сну спокойный и уравновешенный;
- при раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность;
- нужной настрой, положительное отношение к дневному сну помогут создать нежная колыбельная песня, народные потешки, для детей старшего возраста чтение сказки;
- воспитатель проверяет: удобно ли дети расположились в своих кроватях, поправляет одеяло, гладит по голове и желает спокойного сна.





Так создаётся спокойное настроение,
способствующие хорошему сну.



Закаливание.



Один из основных способов
повысить сопротивляемость
организма к простудным
заболеваниям.



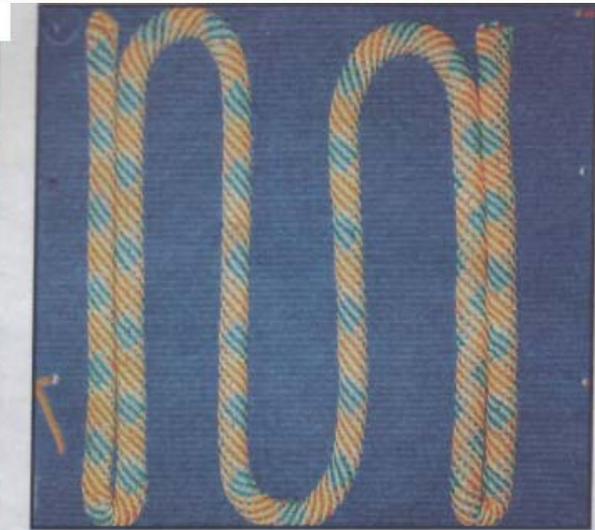
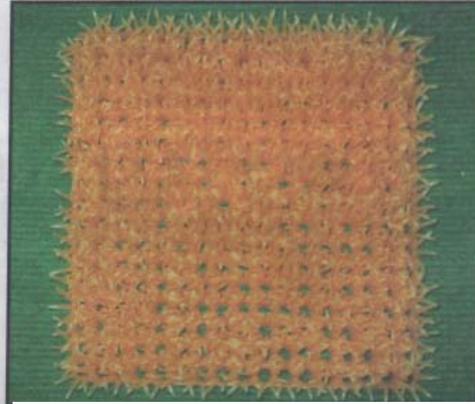
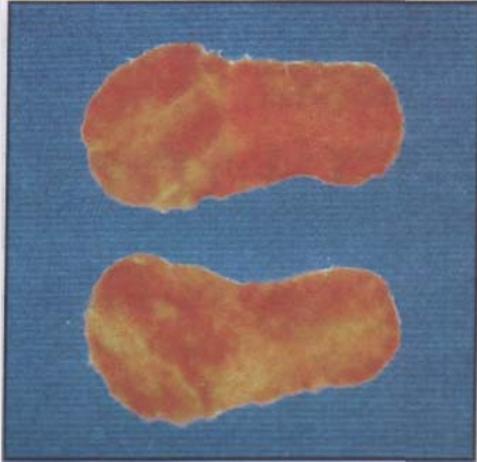
Закаливание.



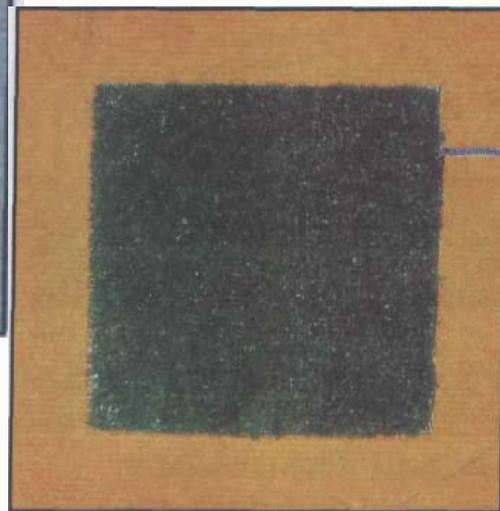
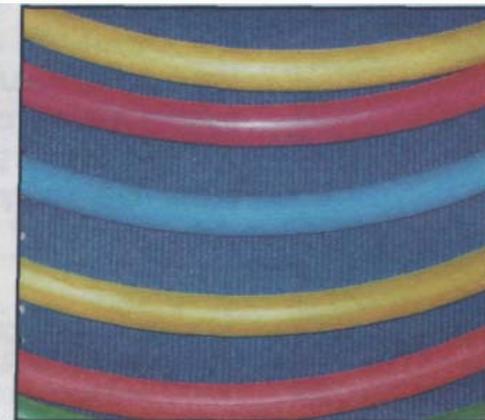
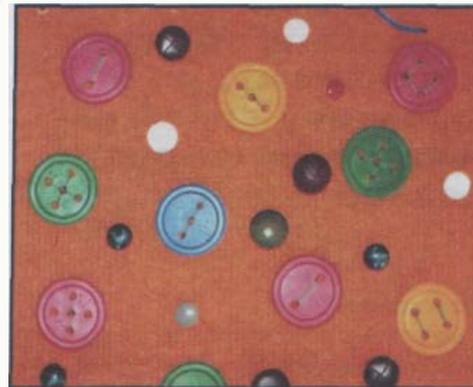
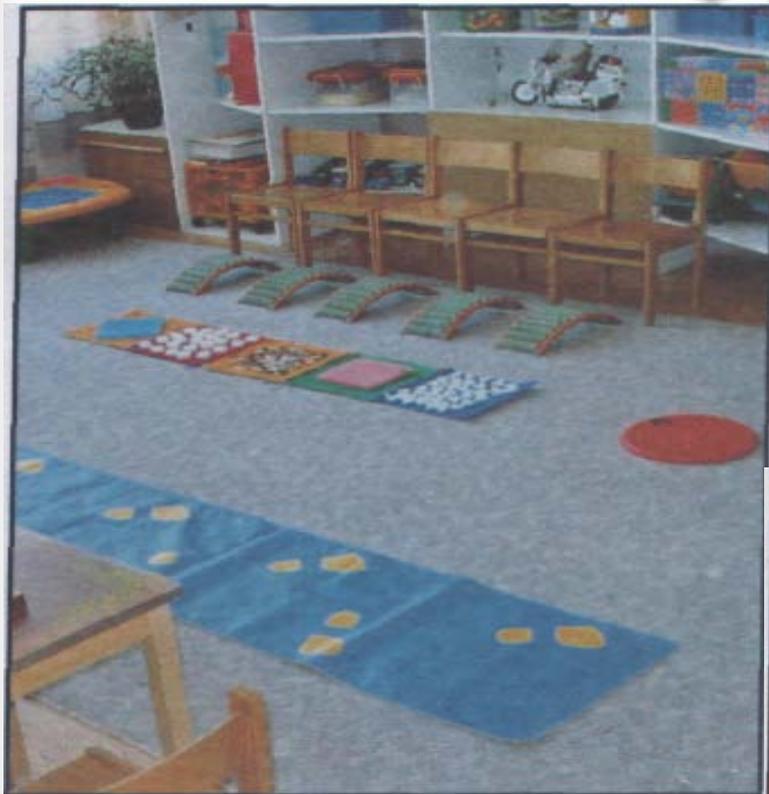
- облегчённая одежда в помещении;
- соблюдение температурного режима с детьми;
- воздушные ванны;
- гимнастика после дневного сна;
- хождение босиком.



Нетрадиционное оборудование



Нетрадиционное оборудование



Нетрадиционное оборудование



**Здоровье - не всё,
но без здоровья –
НИЧТО.**

