**Здоровьесберегающие технологии**

**Здоровьесберегающие технологии** направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей.

Цель сохранять и укреплять здоровье.

 задачи:- охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма;

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью;

- повышение эффективности к процессу обучения за счет средств здоровьесберегающих технологий.

С учетом индивидуальных особенностей детей применяю на практике комплекс закаливающих процедур:

Соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН;

Облегченная одежда в детском саду *(внутри учреждения)*;

Утренняя гимнастика;- ежедневно-5-10 мин

Подвижные игры -ежедневно

Дыхательная гимнастика - ежедневно

Гимнастика после сна; -5-10 мин ежедневно

Пальчиковая гимнастика - индивидуально либо с подгруппой ежедневно

Динамическая пауза - 2-5 мин., по мере утомляемости детей

Физкультурное занятие -3 раза в неделю 20-30 мин

Гимнастика для глаз - Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время;

Ребристые дорожки – для профилактики плоскостопия;

Правильная организация прогулок и их длительность;

Мытье прохладной водой рук по локоть

В период повышенной заболеваемости ОРВИ и ОРЗ – проводится вакцинация воспитанников детского сада и сотрудников;

Большое внимание уделяется санитарно-просветительной **работе**. Оформляются папки передвижки, ширмы для родителей на различные темы: *«Адаптация детей к дошкольному учреждению»*,

*«Закаливание ребёнка в домашних условиях»*,

*«Рациональное питание и режим дня»*,

*«Грязные руки - источник кишечных инфекций»*,

*«Профилактика простудных заболеваний»*,

*«Профилактические прививки и их значение»* и др.

В рамках профилактической работы веду постоянный контроль осанки; мебель в группе соответствует росту детей.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад компенсирующего вида № 411

620042, г. Екатеринбург, ул. Избирателей, 3. т.ф. (343)320-49-09

Сайт http://411.tvoysadik.ru E-mail: mdou.411@yandex.ru

Здоровьесберегающие технологии

Воспитатель: Давлетгулова. Н.М