


Муниципальное учреждение «Управление дошкольного образования» исполнительного комитета Нижнекамского муниципального района РТ

 **ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПРОВОДИМАЯ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА.**

Детский сад №80 «Капельки»
воспитатель Егорова Елена

Николаевна



1. Сквозное проветривание
2. Режим дня
3. Утренняя гимнастика
4. Витаминизация III блюда
5. Употребление лука, чеснока в осенне-зимний период
6. Употребление витаминов в период вспышки заболеваний (Танзилгон, иммунал, настойка шиповника, травяной чай)
7. Оптимальный двигательный объем
8. Физкультурные занятия
9. Подвижные игры
10. Закаливание:
 - массаж
 - оздоровительные прогулки
 - воздушные ванны:
 - а) гимнастика после сна (с элементами дыхательной гимнастики);
 - б) дорожка здоровья;
11. Посещение галокамеры, бассейна (сухой) и сауны.

Со здоровьем все в
порядке,
Потому что по утрам
В светлом зале на



ску
м.





Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и
ВОДОЙ.

**КУШАТЬ ОВОЩИ И ФРУКТЫ,
РЫБУ, МОЛОКОПРОДУКТЫ-
ВОТ ПОЛЕЗНАЯ ЕДА,
ВИТАМИНАМИ ПОЛНА!**



Йодомарин и другие ВИТАМИНЫ



Физкультурные занятия



Подвижные игры в группе

- «И без всякого сомненья
Есть хорошее решение -
Бег полезен и игра
Занимайся детвора!»



ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА

- «Мы, все дружененько
проснулись
Улыбнулись друг
другу»



По ребристой по дорожке Походите наши ножки!



Дыхательная гимнастика



Танцевально-ритмические упражнения под музыкальное сопровождение.



СУХОЙ БАССЕЙН.

Нам в бассейне заниматься
Очень-очень нравится.
Все, кому рекорды снятся,
Спортом увлекаются.



МАССАЖ

Кто погладит каждой
крошке

Ручки, спинку, пузик,
ножки?

Нежно сделает массаж
Массажист любимый



САУНА



ГАЛОКАМЕРА





**Спасибо за
внимание!!!**