

**Отчет о проведении информационного часа
в рамках реализации проекта «Вместе растим здоровое поколение»
на базе МДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида»
г. Валуйки Белгородской обл.**

В рамках реализации проекта «Вместе растим здоровое поколение» 16 апреля 2019 год на базе МДОУ «Детский сад № 4 «Калинка» комбинированного вида» г. Валуйки Белгородской обл. прошел информационный час с воспитателями и специалистами ДОУ «Оздоровливаемся вместе».

В нашем детском саду проводится ряд оздоровительных мероприятий, направленных на обеспечение и поддержание здоровья ребенка. Оздоровительные мероприятия включают:

- Воспитание потребности здорового образа жизни.
- Физкультурно-оздоровительные работы.
- Закаливание.
- Профилактика.

Воспитание потребности здорового образа жизни направлено на то, чтобы развить в ребенке потребность самому вести и стремиться к здоровому образу жизни. При этом особое внимание уделяется на соблюдение детьми режима дня, привитие и развитие культурно-гигиенических навыков, обучение уходу за своим телом.

Физкультурно-оздоровительная работа является не менее важным, чем все другие. Занимаясь физкультурой и гимнастикой, укрепляются мышцы, суставы, костная ткань малыша. Организм приобретает возможность бороться с различными недугами, заболеваниями, расстройствами. Таким образом, физкультурно-оздоровительные мероприятия включают:

- утреннюю гимнастику;
- физкультурные занятия;
- подвижные игры и игровые упражнения;
- физкультурные занятия на свежем воздухе;
- спортивные игры;
- дыхательную гимнастику после дневного сна;
- диагностику физического развития;
- спортивные и музыкальные праздники;
- активный отдых.

Процедуры закаливания направлены на укрепление здоровья каждого ребенка, делая его сильным и повышая его иммунитет. Перед тем, как приступить к осуществлению данного мероприятия, исключается наличие у ребенка какого-либо заболевания. В целом, закаливание предусматривает:

- игры на свежем воздухе, пешие прогулки;
- принятие воздушных ванн;
- осуществление водных процедур;
- игры с водой;
- дозированные солнечные ванны.

Соблюдение ребенком основных мер профилактики также является частью программы обеспечения здоровья. Профилактические мероприятия подразумевают:

- обеспечение чистоты среды;
- создание здорового микроклимата;
- рациональное и сбалансированное питание;
- витаминизация – употребление витаминных напитков, фруктов;
- профилактика гриппа;
- профилактические прививки;
- процедуры ароматерапии;
- лечебно-физическая культура;
- общеукрепляющий массаж.

Старший воспитатель МДОУ
«Детский сад № 4 «Калинка»
комбинированного вида»
г. Валуйки Белгородской обл.

_____ В. Б. Лебекина

Воспитатель МДОУ
«Детский сад № 4 «Калинка»
комбинированного вида»
г. Валуйки Белгородской обл.

_____ М. А. Козлова