

## Здоровьесберегающие технологии, используемые в ДОО

№	Виды	Особенности организации
<b>Медико-профилактические</b>		
<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями		
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	хождение по мокрым дорожкам после сна	Первая и вторая младшие ежедневно
3.	контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
4.	сухое обтирание	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
5.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
6.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
<i>Профилактические мероприятия</i>		
1.	Витамиотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминизация 3-х блюд	ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
5.	чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
6.	кислородный коктейль	1 курса в год по 10 дней октябрь-апрель
<i>Медицинские</i>		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	Кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	Галокамера (солевая камера)	2 курса в год и дополнительно по медицинским показаниям
7.	организация и контроль питания детей	ежедневно
<i>Физкультурно- оздоровительные</i>		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	элементы точечного массажа, су-джок	2 младшая, средняя, старшая, подготовительная, ежедневно
6.	Аэробика	
7.	динамические паузы	ежедневно
8.	Релаксация	2-3 раза в неделю
9.	Музотерапия	ежедневно
10.	Цветотерапия	2-3 раза в неделю
11.	Психотерапия	2-3 раза в неделю
12.	Сказкотерапия	ежедневно
13.	<i>Образовательные</i>	
14.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно

15.	Образовательная деятельность из серии «Школа здоровья»	Дошкольные группы не реже 1 раза в месяц
16.	Образовательная деятельность «Школа мяча»	Дошкольные группы, 1 раз в неделю