

Аннотация к программе “Закаливания”

1.Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов, это бесценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем.

2.Цель: Создание условий для укрепления здоровья детей дошкольного возраста в детском саду на основе активного использования закаливания.

3.Задачи:

- организацию рационального режима дня, обеспечение необходимой продолжительностью сна в соответствии с возрастными потребностями;
- создание условий для оптимального двигательного режима;
- осуществление оздоровительных и закаливающих мероприятий;
- полноценное питание;
- обеспечение благоприятной гигиенической обстановки;
- создание атмосферы психологического комфорта.

4. Ожидаемый результат:

- Осознание родителями и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
- Владение навыками самооздоровления.
- Снижение уровня заболеваемости.
- Общие мероприятия закаливания.