



Информация

об условиях охраны здоровья обучающихся

Одной из основных задач работы педагогического коллектива детского сада является задача создания условий для сохранения и укрепления здоровья детей. В ДОУ прилагаются большие усилия для организации оздоровительной работы, способствующей формированию положительного, осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Основным компонентом здорового образа жизни является режим.

Целью правильно организованного режима дня является укрепление здоровья детей, сохранения высокого уровня их работоспособности в течение длительного времени бодрствования. В основу рационального режима должны быть положены следующие моменты:

- Соответствие режима возрасту, состоянию здоровья и психологическим особенностям ребенка;
- Определение продолжительности различных видов деятельности, их рациональное чередование;
 - Достаточный отдых с максимальным пребыванием детей на открытом воздухе при соответствующей двигательной активности;
 - Достаточный по продолжительности полноценный сон;
 - Регулярное сбалансированное питание.