

- босохождение;
- умывание прохладной водой;
- ходьба босиком по «дорожкам здоровья» (закаливание, профилактика плоскостопия);
- воздушные ванны в облегченной одежде;
- гимнастика на свежем воздухе в теплый период года.

В рамках лечебно-профилактической работы проводятся следующие мероприятия:

- постоянный контроль осанки;
- контроль дыхания на занятиях по физическому воспитанию;
- подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- потребление фитонцидов (чеснока и лука);
- употребление соков и фруктов;
- проветривание и кварцевание группы;
- игровой массаж (массаж рук, ушей).

Для повышения результативности образовательной программы, в целях сформированности основ здорового образа жизни у дошкольников Монгуш А.К. использует здоровьесберегающие технологии:

- «Артикуляционная гимнастика» Е. Колесникова;
- «Пальчиковые гимнастики» С. Е. Большакова, А. Бейлина, О. И. Крупенчук, Е. Синицина, Л. Савина;
- М. И. Чистякова, Алябьева Е.А. «Психогимнастика»;
- В. Ф. Базарный «Гимнастика для глаз»;
- А. А. Сметанкин «Дыхательная гимнастика»

В работе с родителями основными направлениями являются:

- консультативно-информационная работа по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников: беседы, консультации, тематические родительские собрания;
- открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий;
- активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОО (совместные спортивные праздники и развлечения «Папа, мама, я - спортивная семья», Дни и недели здоровья);
- оформление папок, ширм, буклетов, письменных консультаций, информационных стендов («Закаливание – основа здоровья детей», «Как уберечь ребенка от респираторных заболеваний», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Фруктотерапия»);

Оздоровительные, санитарно-гигиенические и профилактические мероприятия осуществляются под наблюдением психолога, медицинского работника, инструктора по физическому воспитанию, логопеда.