Одной из задач образовательной программы, реализуемой в МДОУ, является охрана и укрепление физического здоровья ребенка, формирование основ здорового образа жизни. Задача охраны и укрепления здоровья, физического развития детей, является основной частью всех педагогов.

Реализация данных задач предполагает соблюдение следующих условий:

проведение лечебно-профилактических мероприятий;

обеспечение психологической безопасности личности ребенка;

оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса;

формирование представлений о себе, о своем организме, о своем здоровье.

В перечень оздоровительных услуг, которые оказывает МДОУ, входят:

гигиенические процедуры;

занятия физкультурой (в зале и на улице);

подвижные игры;

спортивные праздники и развлечения;

дыхательная гимнастика.

У ребенка в детском саду есть режим дня и расписание занятий, в которых отражено не только распределение умственной и физической нагрузок в течение дня, но и сезонность.

На занятиях с умственной нагрузкой используют физкультурные минутки и , подвижные игры, а на двигательных занятиях – словесные, малоподвижные игры.