

МБДОУ №46 «Светлячок»

«Формирование здорового образа жизни
через игровую деятельность»

Подготовила: Лопатина Мария Николаевна

Актуальность

МБ ДОУ Детский сад присмотра и оздоровления № 46 «Светлячок» реализует комплексную систему оздоровительной работы с тубинфицированными детьми, направленную на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Цель

Создание условий для физического, психического здоровья, эмоционального благополучия детей в разных видах деятельности.

Формирование потребности детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы работы.

Задачи

Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Развитие психоэмоциональной сферы личности ребенка через использование игровых двигательных технологий.

Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.

Содействие снятию психического (интеллектуального и эмоционального) перенапряжения, легкому переключению с одного вида деятельности на другой.

Повышение информационного уровня родителей и пропаганда здорового образа жизни через использование игровых двигательных технологий в семейном опыте оздоровления детей.



Направления работы по здоровьесбережению

Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.

Внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс .

Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.

Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников и родителей.

Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.

Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.

Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка .

Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков.

Организация здоровьесберегающего образовательного пространства группы.

Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья детей .

Работа валеологической направленности с родителями .

Формы организации здоровьесберегающей работы



Физкультурное занятие

- занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещ



Самостоятельная двигательная деятельность детей



Релаксация



Гимнастика пробуждения, закаливание (упражнения на кроватках, умывание прохладной водой, ходьба по дорожкам «здоровья», динамические упражнения



Пальчиковая гимнастика



- Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми отклонениями, проводится в любой удобный отрезок времени



Дыхательная гимнастика



проводится в проветриваемом помещении, после беседы о гигиене полости носа



Гимнастика для глаз



Рекомендуется использовать наглядный материал, показ



Точечный массаж

- Проводится строго по специальной методике



Сказкотерапия

- Сказку может рассказать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание с элементами драматизации



Музыкальное воздействие



- Используется для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения



Результативность

Создана предметно-развивающая среда, обеспечивающая полноценное физическое, психическое и социальное развитие ребенка, способствующая получению навыков здорового образа жизни.

У детей формируются элементарные представления о полезности и целесообразности физической активности и личной гигиене через совместную образовательную деятельность, проблемно-игровые ситуации, спортивные мероприятия.

Спасибо за внимание

