

# **«Здоровый образ жизни в условиях ДОУ»**

Настоящее время достаточно быстро характеризуется изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей.

Мы, педагоги, в обязательном порядке должны также заботиться и о здоровье самого ребенка, применяя в работе здоровьесберегающие технологии: гимнастику для глаз, оздоровительные минутки, самомассаж, точечный массаж, музыкальную терапию и т.д.



Нами был разработан цикл занятий, которые помогут расширить представления детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем, помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно - гигиенических навыков.

**Целью занятий является формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.**

На занятиях решаются следующие задачи:

- ❖ **Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности, расширить представления детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем .**

❖ Помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно - гигиенических навыков.



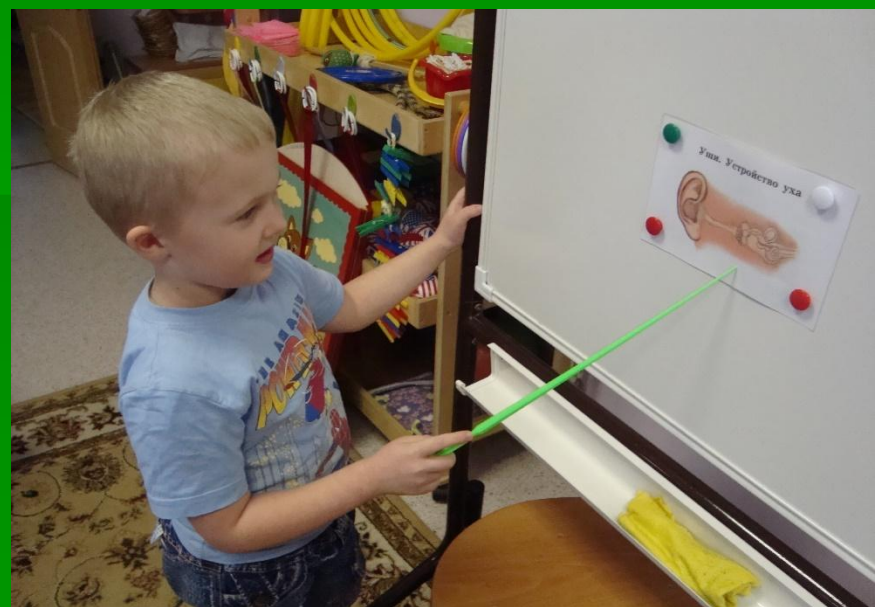
❖ Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.



❖ Формировать  
положительные  
качества  
личности  
ребенка,  
нравственного и  
культурного  
поведения -  
МОТИВОВ  
укрепления  
здоровья.



В занятия мы включаем чтение литературы, заучивание стихотворений, проведение игр, экспериментальную и опытную деятельность, наблюдения, беседы, экскурсии, дидактические игры.





С целью более прочного усвоения знаний, умений и навыков работа на занятиях осуществляется с опорой на различные анализаторы:

- ❖ Зрительный (привлечение схем и условных изображений)
- ❖ Тактильный ( работа с раздаточным материалом)
- ❖ Слуховой (восприятие информации на слух)
- ❖ Двигательный ( выполнение упражнений)

Информация о  
содержании  
занятий  
доводится до  
сведений  
родителей,  
которые в свою  
очередь,  
выполняют  
упражнения и  
задания с детьми  
дома.



Кроме того, мы постоянно делимся интересными педагогическими и методическими находками со своими коллегами с целью повышения уровня



ВО  
ОВ



Я

**Спасибо за внимание!**