

Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни

*Презентацию подготовила
воспитатель высшей
квалификационной категории:
Кувикова Марина Павловна*



Веселая, желанная
 Морозная пора-
 От холода румяная
 Катаюсь с горки я.



Мой здоровый образ жизни

Левой! Правой!

Катаюсь и купаюсь

Я расту здоровенькой

Всем на радость!



А еще не забываю
 Я на дачу приезжать,
 Поливаю, собираю
 И здоровье укрепляю



**Забота о здоровье -
это важнейший труд
воспитателя. От
жизнерадостности,
бодрости детей
зависит их духовная
жизнь, мировоззрение,
умственное развитие,
прочность знаний, вера
в свои силы.**

**В.А.
Сухомлинский**



Федеральный закон
«Об образовании в
Российской
Федерации»



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ: «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

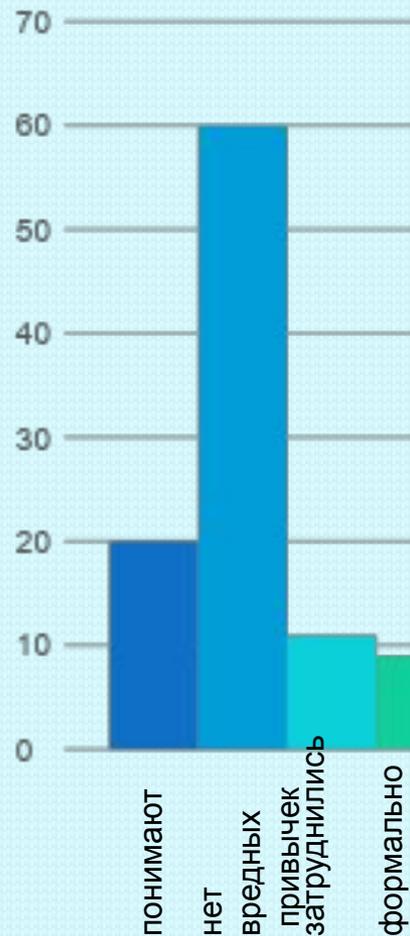
Ст.41 «Охрана здоровья
обучающихся» п.4
пропаганда и обучение
навыкам здорового
образа жизни

Спектр деятельности ЗОЖ

-просветительские программы
работы с родительской
общественностью;

-использование средств массовой
информации

Анкетирование родителей



Задачи:

Обучение
родителей
здоровому
образу жизни

Информирование о
важной роли , которую
каждый человек играет
в сохранении
собственного
здоровья

Что же такое ЗОЖ и его составляющие?

- . Умеренное и сбалансированное питание;
- . Закаливание;
- . Соблюдение личной гигиены;
- . Отказ от вредных привычек;
- . Правильно поставленный режим труда и отдыха;
- . Прогулки на свежем воздухе;
- . Достаточная двигательная активность;
- . Позитивное восприятие окружающего мира (изучение влияния полезных и вредных факторов окружающей среды на наш организм);
- . Социальное самочувствие (взаимодействие с людьми, коммуникабельность).

Методы:

-метод устной пропаганды. Он включает лекции, беседы, дискуссии, конференции, викторины;

-метод печатной пропаганды. Он включает статьи, листовки, памятки, стенные газеты, буклеты, брошюры и т.п.

-наглядный метод - самый многообразный по числу входящих в него средств. Их можно разделить на 2 группы: натуральные объекты и изобразительные средства (объемные и плоскостные);

-комбинированный метод - метод массовой пропаганды, при которой происходит одновременное воздействие на слуховые и зрительные анализаторы.

Питание и физическая активность

Здоровое питание и физическая активность – залог здоровья и долголетия.

Мы за здоровый образ жизни!

Здоровый образ жизни – это:

- правильное питание
- физическая активность
- отказ от вредных привычек
- забота о своем здоровье

ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ

Здоровый образ жизни

Здоровье – это богатство, которое нельзя купить за деньги.

Опасные привычки

Откажитесь от вредных привычек, чтобы сохранить свое здоровье.

- Курение
- Алкоголь
- Наркотики
- Злоупотребление жирной пищей
- Злоупотребление сладкими напитками
- Отсутствие физической активности

Как защитить ребенка в интернете

Вашему ребенку нужен Интернет?

Скажите ребенку о том «Как сохранить ребенка или ребенка за компьютером»

- Проверьте, какие сайты посещает ваш ребенок.
- Установите родительский контроль на компьютер и смартфон.
- Объясните ребенку, что нельзя сообщать в интернете свои личные данные (имя, фамилию, адрес, телефон).
- Научите ребенка распознавать мошенников и фишинговые сайты.
- Установите антивирусное ПО на компьютер и смартфон.
- Объясните ребенку, что нельзя встречаться с людьми, которых вы встретили в интернете.
- Научите ребенка сообщать родителям о любых подозрительных ситуациях в интернете.

Здоровый образ жизни

Здоровье – это богатство, которое нельзя купить за деньги.

ВБИБЛИОТЕКА
ВОСЕМЬДЕСЯТИ**ПРИБОЩАЕМ
ДОШКОЛЬНИКОВ
К ЗДОРОВОМУ
ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

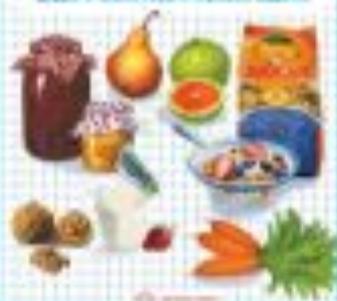
Методическое пособие

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

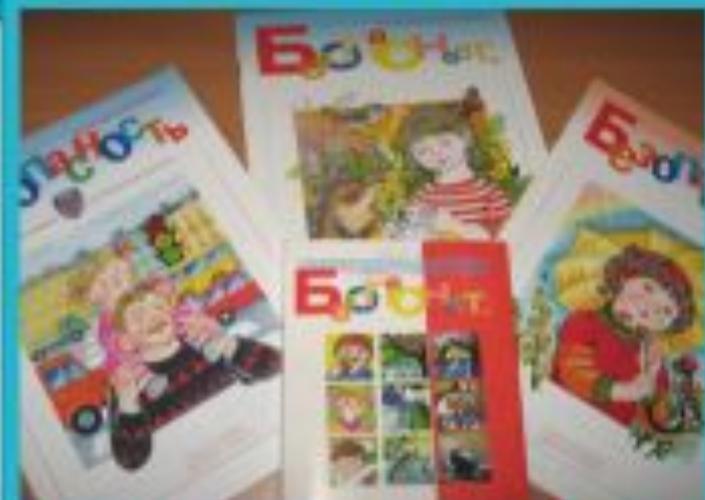
Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у дошкольников

БУДЬ ЗДОРОВ

Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у дошкольников

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**
Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у дошкольников**ДЕТСКИЙ САД****СИСТЕМА РАБОТЫ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ
СРЕДИ ДОШКОЛЬНИКОВ**ПРОДУКТИВНЫЕ
ПРОСТАДИТИВНЫЕ ДИО**В****ФОРМИРОВАНИЕ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ
У ДОШКОЛЬНИКОВ**

- Планирование
- Система работы



СЕРДЦЕ ОСТАНО ДЕТЯМ

**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ
В ДОШКОЛЬНОМ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ****ДЕТСКИЙ САД****СИСТЕМА РАБОТЫ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ**

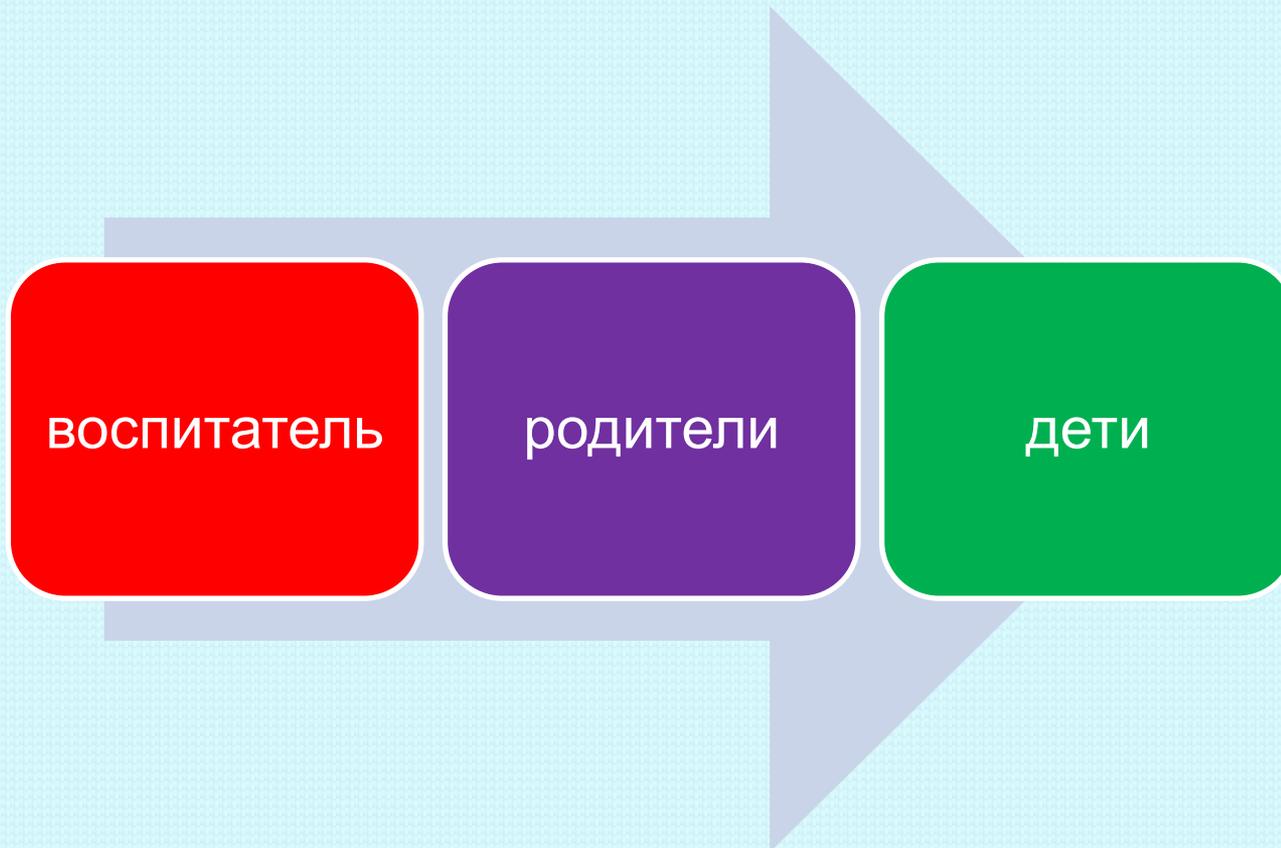
Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у дошкольников

**ДЕТСКИЙ САД****СИСТЕМА РАБОТЫ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Направления в работе по пропаганде здорового образа жизни:

- индивидуальная работа с родителями;
- организация групповых встреч;
- пропаганда здорового образа жизни среди детей;
- публикация информации о здоровом образе жизни в печати и другие формы.

Деятельность педагога, направленная на укрепление здоровья детей содержит следующие звенья



Родительские собрания и консультации на темы:

«Здоровый образ жизни»,
«Я выбираю жизнь»,
«Научись себя беречь»,
«Приятного аппетита»,
«Правила гигиены»,
«Инфекционные заболевания и их профилактика»,
«Что делает человека здоровым и счастливым» и другие.

Режим дня старшей группы №1

Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика, дежурство	7.00- 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30- 8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55- 9.00
Образовательная деятельность	9.00- 9.25
	9.35- 10.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.10- 10.35
	10.35- 12.25
Возвращение с прогулки, игры	12.25- 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40- 13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10- 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00- 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25- 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.20
Чтение художественной литературы	16.20- 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40- 18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00- 18.20
Игры, уход детей домой	18.20- 19.00

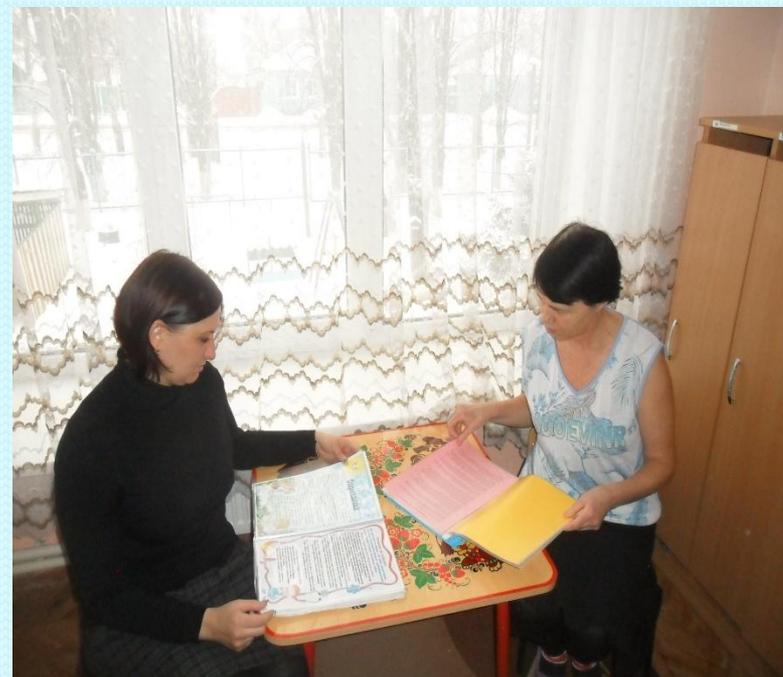
Твой режим дня



Практические занятия с родителями



Оформление памяток, буклетов, брошюр с рекомендациями для родителей по пропаганде здорового образа жизни



пропаганде здорового образа ЖИЗНИ



Привлечение специалистов ДОУ в пропаганде ЗОЖ

Консультацию для родителей проводит медицинский работник ШРБ Песеукова Л. Д.



Темы консультаций:

- «Причина частых заболеваний»,
- «Режим дня и питания»,
- «Закаливание»,
- «Профилактика плоскостопия»,
- «Одежда детей в разные сезоны года» и др.

В информационных стендах для родителей размещена наглядная агитация по пропаганде ЗОЖ



Проектная деятельность на тему: «Витамины – наши друзья».



Проектная деятельность



Опыт семейного воспитания.

г. Михайловск. «Детский сад №20»
Зубков Кирилл Андреевич.

Здоровый образ жизни - образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепления здоровья.

Мы спортивная семья, папа учит нас всегда, быть быстрее и сильнее, всех умелей и ловчее.



Систематические занятия лыжным спортом способствуют всестороннему развитию детей, особенно положительно влияя на развитие таких двигательных качеств, как выносливость, сила, ловкость.

Польза детского футбола заключена в развитии у ребенка не только физических данных, но и лидерских качеств.

Опыт семейного воспитания

Девиз нашей семьи:

« В здоровом теле - здоровый дух! »

ШУРШИКОВА ЕЛИЗАВЕТА

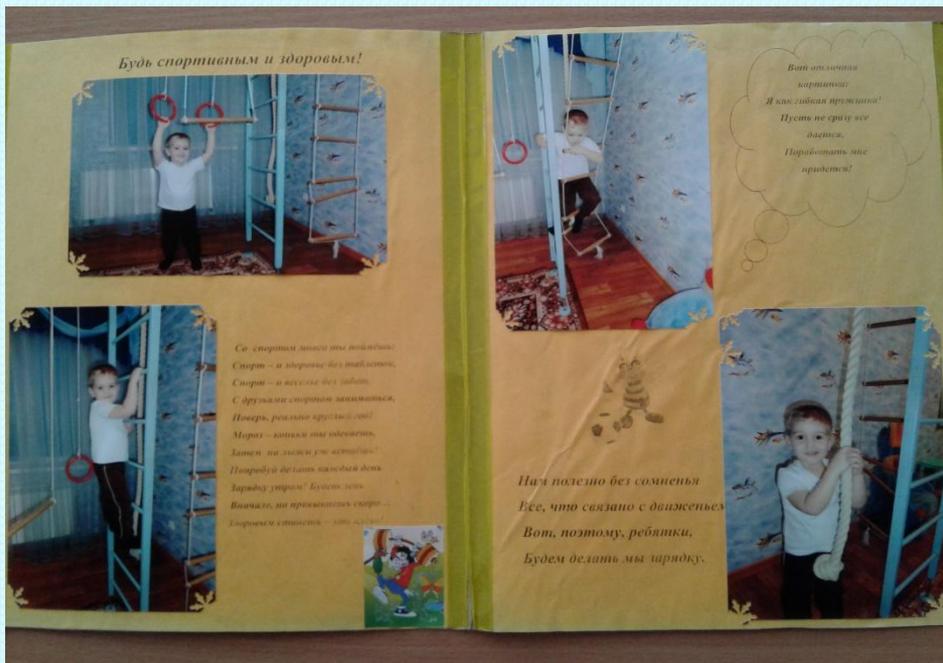
Катание на коньках приносит не только неисчерпаемый запас отличного настроения, но также приносит огромную пользу для развивающегося детского организма.



Катание на коньках помогает сформировать правильную осанку, тренирует мышечную систему, вестибулярный аппарат, дыхательную систему, опорно-двигательный аппарат, а так же способствует закаливанию и улучшению терморегуляторных процессов. При регулярном катании на коньках дети становятся менее раздражительными, преодолевают страх и неуверенность в себе, а при поворотах развивают пространственное представление, что способствует тренировке зрения



Стенгазета



Перспективы на будущее:

- * Привлекать родителей к более активному участию в спортивных мероприятиях.
- * Организовать почту идей для родителей по вопросам формирования физической культуры и приобщения к здоровому образу жизни.
- * Проводить встречи по обмену опытом семейного воспитания между другими



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**