

# «Формирование здорового и безопасного образа жизни в условиях ФГОС».



*Из опыта работы  
воспитателя  
Кузнецовой Л.В.  
Д/с №42 «Кораблик»  
г.Йошкар-олы*



**«Здоровье – это драгоценность, и притом единственная, ради которой стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной. »**

**Мишель де Монтень**



## Актуальность

В современном мире такие понятия как «формирование здорового и безопасного образа жизни» прочно входят в жизнь каждого человека, а также в воспитательно-образовательный процесс, начиная с ДОУ. В последние годы создано немало здоровьесберегающих технологий и данным вопросом занимаются М. Д. Маханёва, М. Л. Лазарев и др. С переходом на ФГОС остается актуальной охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие.



# ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

- формировать представления о том, что быть здоровым – хорошо, а болеть – плохо; о некоторых признаках здоровья ;
- воспитывать навыки здорового поведения:
- любить двигаться,
- есть побольше овощей, фруктов;
- мыть руки после каждого загрязнения;
- быть доброжелательным;
- больше бывать на свежем воздухе;
- соблюдать режим

- помочь овладеть устойчивыми навыками поведения;
- развивать умение рассказывать о своем здоровье, здоровье близких;
- вырабатывать навыки правильной осанки



- обогащать знания детей о физкультурном движении в целом;
- развивать художественный интерес



# Причины снижения здоровья

По результатам статистики здоровья детей дошкольного возраста снизилось на 15%.

1. Плохое состояние здоровья матери,
2. социальные потрясения,
3. безграмотность родителей в вопросах формирования и сохранения детей,
4. нерациональное и неполноценное питание,
5. частичное разрушение служб врачебного контроля в ДОУ
6. недостаточную квалификацию воспитателей в вопросах охраны и здоровья детей.



# ПИРАМИДА СОЗДАНИЯ РЕЗЕРВОВ ЗДОРОВЬЯ

Режим дня

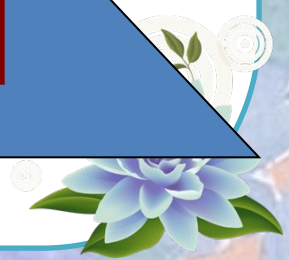
Закаливание

Рациональное питание

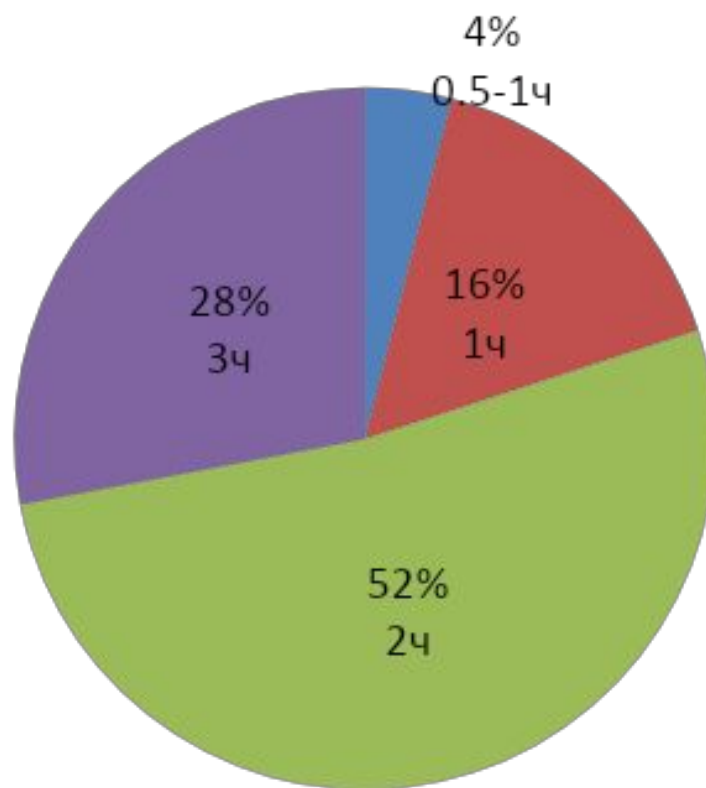
Занятия физкультурой, прогулки

Соблюдение правил личной гигиены

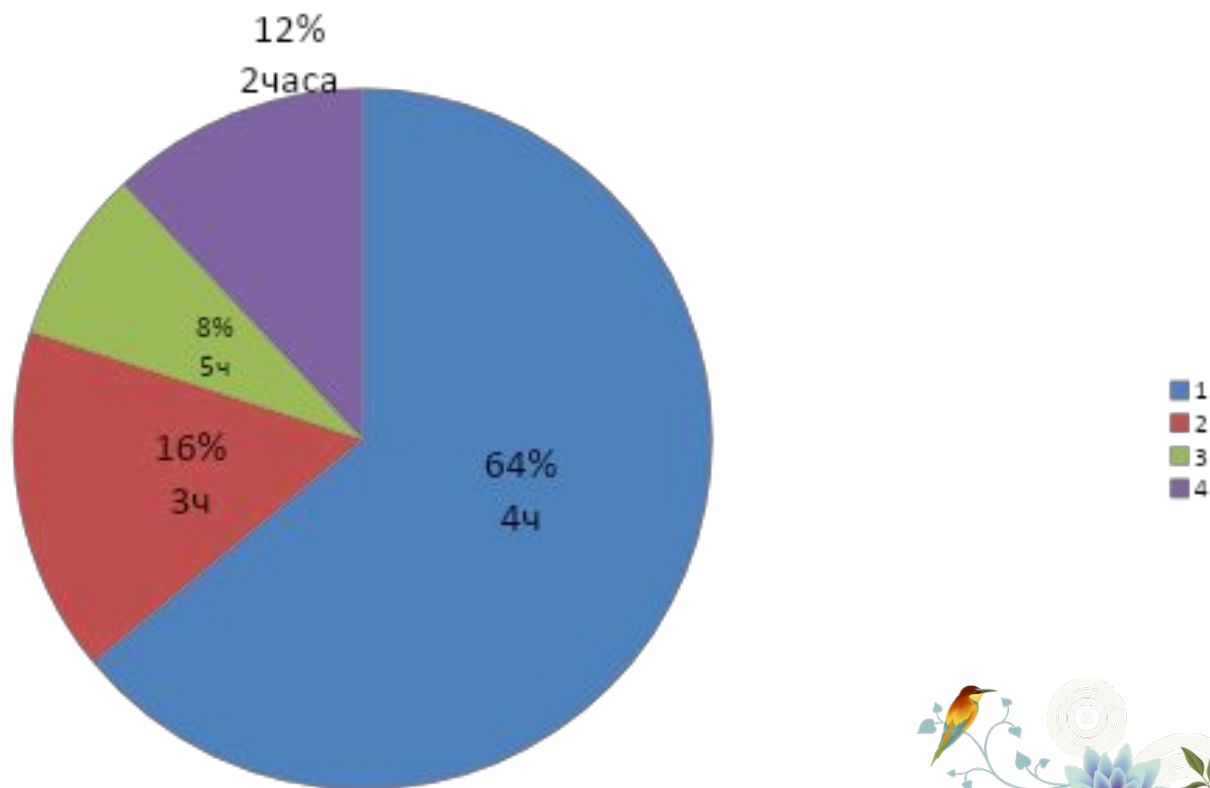
Создание условий для полноценного сна



# СКОЛЬКО ЧАСОВ В ДЕНЬ ВЫ ПРОВОДИТЕ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ

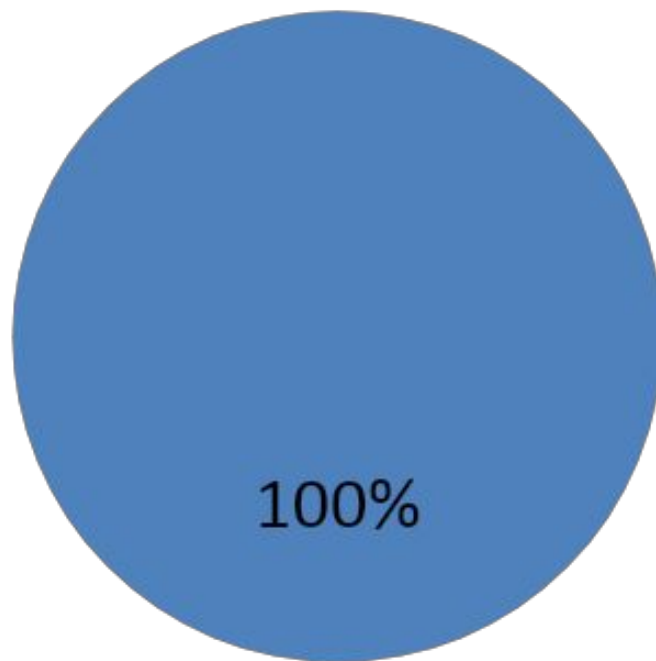


# Сколько часов в день проводите у телевизора





# Делаете ли вы зарядку для глаз



■ 1



# Совместная деятельность детей и взрослых



# Исследовательская деятельность



# Игровая деятельность

## Сюжетно - ролевые игры





# Утренняя гимнастика



11/4/2014



# Прогулки



# Изобразительная деятельность





# Бассейн



# Взаимодействие с родителями



Спасибо за внимание!

