

«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

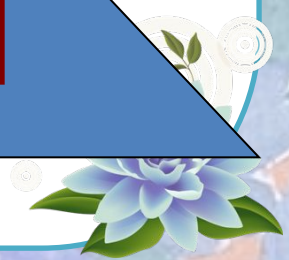
Закаливание

Рациональное питание

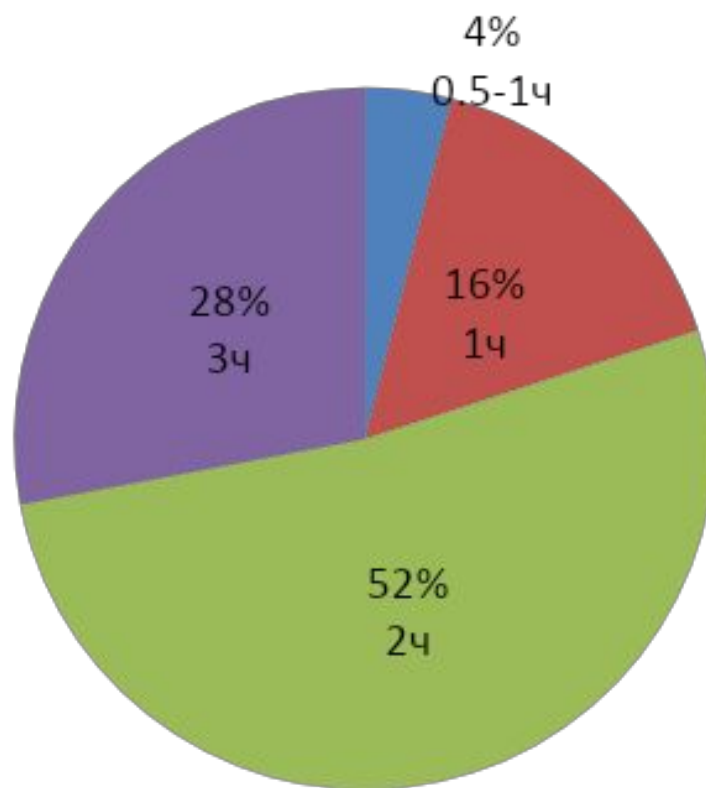
Занятия физкультурой, прогулки

Соблюдение правил личной гигиены

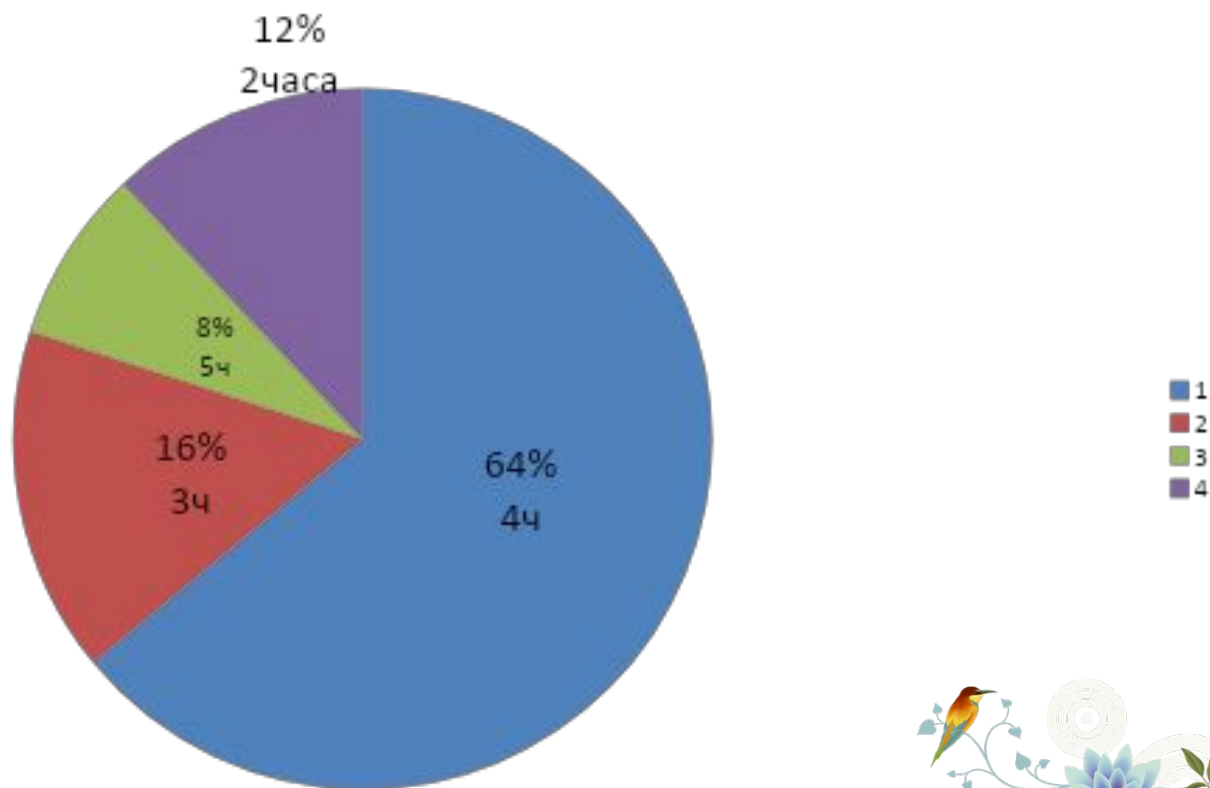
Создание условий для полноценного сна



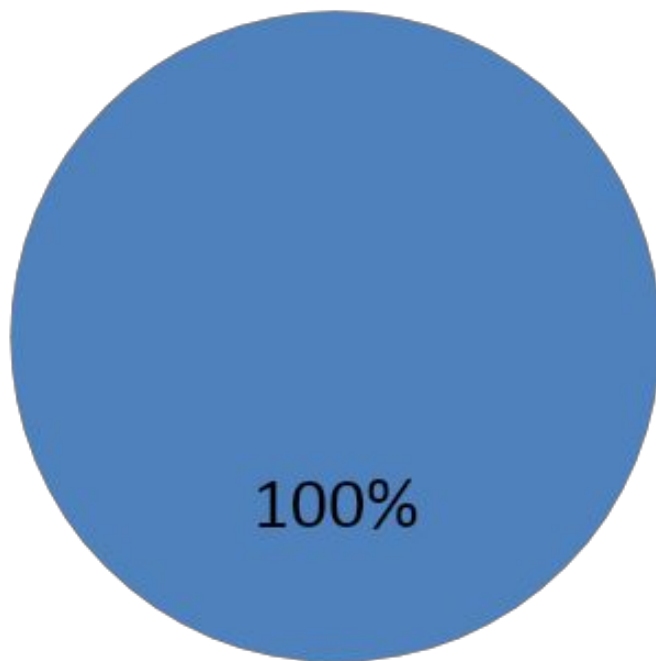
СКОЛЬКО ЧАСОВ В ДЕНЬ ВЫ ПРОВОДИТЕ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ



Скільки часів в день проводите у телевізора



Делаете ли вы зарядку для глаз



■ 1



Совместная деятельность детей и взрослых



Исследовательская деятельность



Игровая деятельность

Сюжетно - ролевые игры



Зрительная гимнастика



Утренняя гимнастика



Прогулки



Изобразительная деятельность



Бассейн



Взаимодействие с родителями



Спасибо за внимание!

