

► *Интеграция познавательного и физического развития при формировании интереса к ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста*



- *Воспитатель подготовительной группы «Здоровячки»*
- *Вислых Ю.А.*
- *I квалификационная категория*

Цель работы:

- ▶ *Воспитание здорового дошкольника с устойчивой мотивацией на сохранение здоровья и ведение здорового образа жизни.*



Направления работы

Психическое здоровье:

- Релаксация
- Управление эмоциями
- Настроение

Физическое здоровье:

- Закаливание
- Спорт
- Различные гимнастики
- Питание
- сон

Нравственное здоровье:

- Помощь близким и окружающим нас людям
- Ответственность за свое здоровье

Социальное здоровье:

- Право на лечение в медицинских учреждениях
- Соблюдение правил безопасного поведения в окружающем мире

Средства и методы осуществления работы по данному направлению

- ▶ Проектная деятельность
- ▶ «Я и мое здоровье»
- ▶ «Правильное питание»
- ▶ «Хочу быть здоровым»
- ▶ Самостоятельная работа детей и родителей по составлению минипроектов : «Для чего нужны витамины?», «Внутренне строение человека», «Моя здоровая семья» и выступление детей.



Проект «Хочу быть здоровым!»

Понедельник

«Наше тело»

Задачи: Дать представления о строении нашего организма, о настроении, эмоциях и чувствах. Раскрыть понятие «Здоровье». Вызвать познавательный интерес к своему здоровью.



Вторник «Правила гигиены и

закаливания»

Задачи: Формировать практические умения и навыки соблюдения личной гигиены. Дать детям элементарные представления о микробах. Систематизировать у детей знания о закаливании естественными факторами (солнце, воздух, вода).



Среда «Режим дня», «Вредные привычки»

Задачи: Сформировать представление о режиме дня. Воспитывать самостоятельность при выполнении режимных моментов. Дать понятие о вредных привычках.



Четверг

«Спорт и здоровье»

*Задачи: Формировать и укреплять здоровье детей.
Способствовать укреплению здоровья детей с помощью силовых упражнений и подвижных игр.
Совершенствовать двигательные навыки. Формировать осознанное желание заниматься физкультурой.*



Пятница питание и

«Правильное питание и витамины»

Задачи:

Закрепить понятие о том, что здоровье напрямую зависит от правильного питания. Дать понятие о пользе витаминов, их значении для здоровья человека.



В работе используются:

- ▶ *Беседы*
- ▶ *Дидактические игры*
- ▶ *Подвижные игры*
- ▶ *Оздоровительные занятия*
- ▶ *Артикуляционная гимнастика*
- ▶ *Пальчиковая гимнастика*
- ▶ *Игры на управление эмоциями*
- ▶ *Презентации о здоровом образе жизни*



Для работы по данному направлению используются помещения ДООУ, холлы, где проходят выставки для родителей



Безопасное поведение в окружающем мире

- ▶ *Задачи:* познакомить с правилами безопасного поведения с целью сбережения здоровья своего и окружающих по темам:
- ▶ *Пожар*
- ▶ *Безопасность дома*
- ▶ *Лекарства*
- ▶ *Личная безопасность*
- ▶ *Безопасность на дороге*



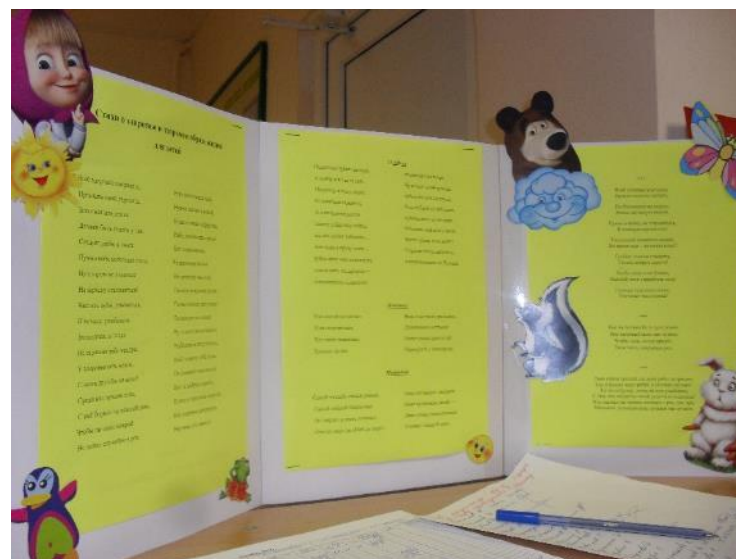
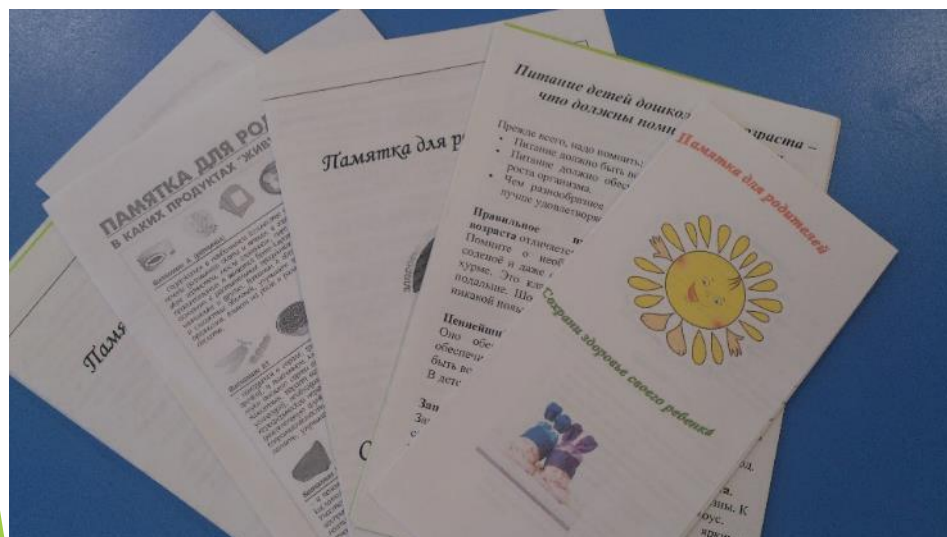
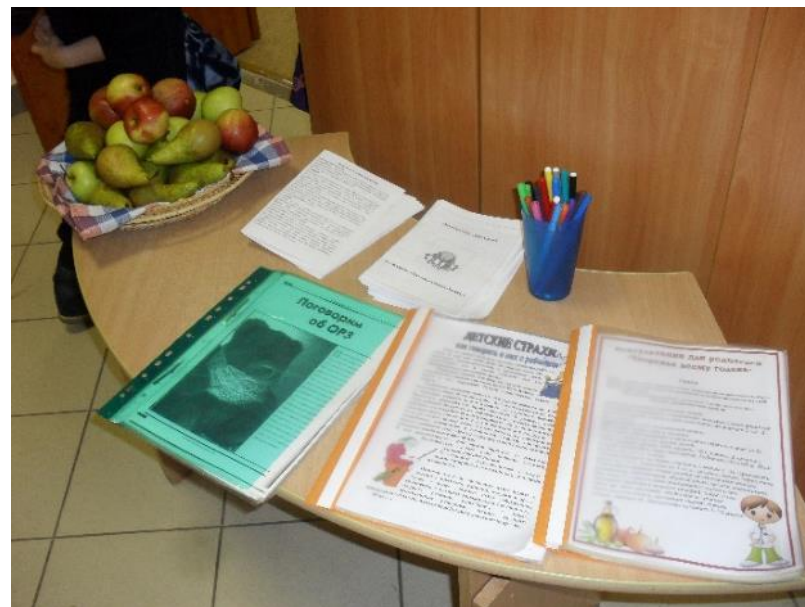
Подбор карточек по :

- ▶ - играм с массажными мячиками
- ▶ - упражнений для глаз
- ▶ -дыхательной гимнастики и физминуток
- ▶ - оздоровительного массажа
- ▶ - артикуляционной гимнастики
- ▶ - бодрящей гимнастики



Работа с родителями.

Папки – передвижки, журналы, памятки для родителей.



Включение в педагогический процесс родителей, в проектную деятельность



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

