

Использование здоровьеформирующих технологий в старших группах №8 и №2.

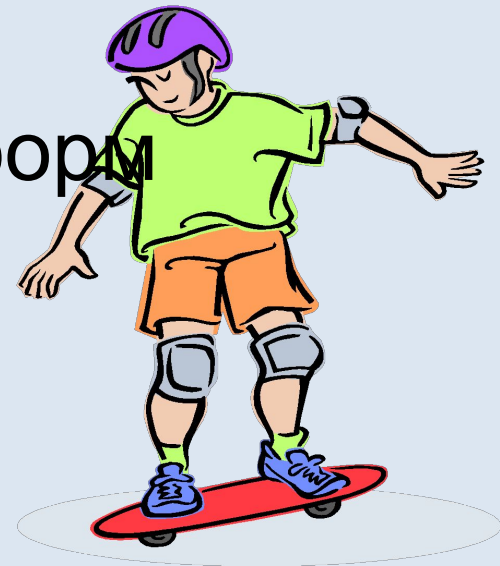
(Из опыта работы)



Современные здоровьесформирующие технологии, используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

❖ Приобщение детей к физической культуре.

❖ Использование развивающих форм оздоровительной работы.



Основные формы организации здоровьесформирующих работ:

- физкультурные занятия
- самостоятельная деятельность детей
- подвижные игры
- утренняя гимнастика
- двигательные-оздоровительные физминутки
- гимнастика пробуждения
- физкультурные досуги, дни здоровья
- спортивные праздники
- оздоровительные процедуры в водной среде(в летний период)

Здоровьеформирующие задачи также решаются на спортивных и оздоровительных досугах



2 группа



Группа №8



Здоровьеформирующие технологии летом

Воздушные ванны

2
группа



Обливание ног

2
группа



Этим летом в нашей группе применялось босохождение, с целью профилактики плоскостопия и простудных заболеваний.



Группа №8



Полоскание рта после еды- часть здоровьесформирующих технологий.

2 группа



Группа №8



Физкультминутки



**«Веселые
человечки»**



**«Мы большой построим
дом»**



*Ветер тихо клен качает,
Влево, вправо наклоняет.
Раз — наклон
И два наклон.
Зашумел листвою клен.*

*Для начала мы с тобой
Крутим только головой,
Корпусом вращаем тоже —
Это мы, конечно, сможем*



Подвижные и спортивные игры используются как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в группе.

Гр.№2



Гр.№2



Подвижные и спортивные игры на прогулке и досугах.

2
группа



Группа №8



«ЗАПРЕЩЁННОЕ ДВИЖЕНИЕ»



«ЦВЕТОЧНАЯ ПОЛЯНА»





Релаксация

2 группа



Группа №8

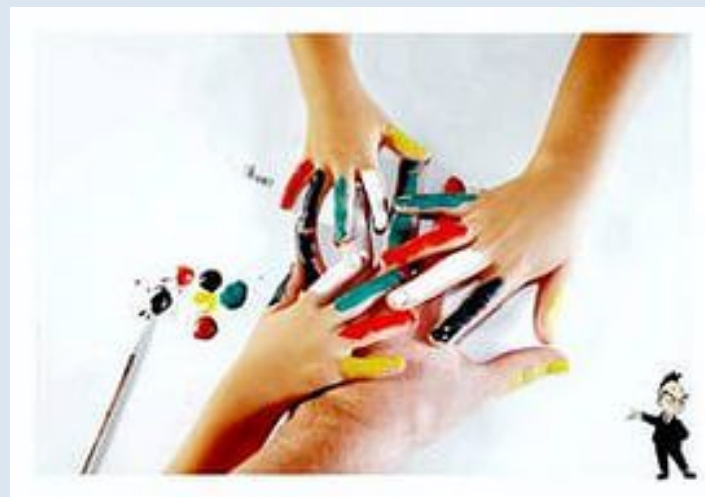


Пальчиковая гимнастика

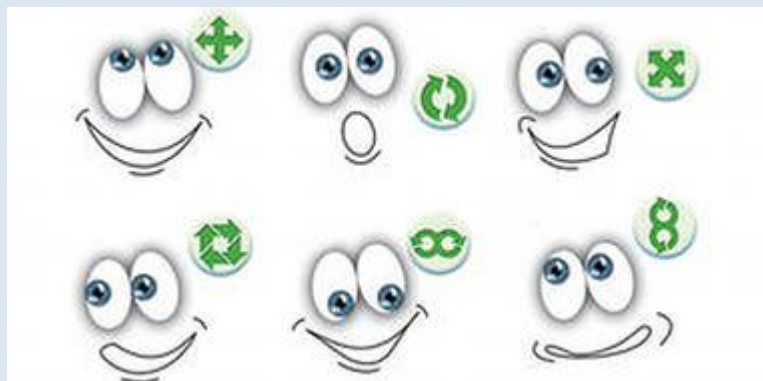
2
группа



Группа №8



Гимнастика для глаз



Дыхательная гимнастика



ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ

2

«Потянулись...

группа

»



2

Массаж

группа

стоп



Группа №8



Гимнастика проводится после дневного сна
с 13 по 30 марта

ЛОУНАТИН ПЕС

1. Ноги с одеялом - и.п. - дети прыгают под одеяло, и так 2-3 раза
Вот идет лоухматый пес,
А звуки его - Бурбур!
Что он здесь здесь делает?
Переловил всех комаров.

2. Летит мушкетер - высовывать руки, ноги от пальчиков вверх, раскладывает спину, грудь.

3. Ходьба по дорожкем здоровья -
Лопатки влижи, топ топ топ!
Прыги по дорожке, топ топ топ!
Ну-ка веселее, топ топ топ!
Вот как мы гуляем, топ топ топ!
Топочем ножки, топ топ топ!
Прямо по дорожке, топ топ топ!
Это наши ножки, топ топ топ!

A cartoon illustration of a boy with blonde hair, wearing a blue shirt and red shorts, standing on a purple mat. He is in front of a window with green curtains. There is a small house-shaped decoration on the wall above the window and a potted plant on the floor to the right.

Гимнастика пробуждения завершается ходьбой по дорожке здоровья

2

группа



2

группа



Группа №8



Проводятся в наших группах и недели здоровья. Последняя проходила с 17-21 ноября во 2-ой группе и с 24-по 28 в 8-ой группе. Для проведения этой недели был разработан совместно план, включающий:

□ беседы:

- Как устроен человек
- «Личная гигиена» (уход за руками, ногами, глазами, ушами, кожей, полостью рта и зубами)
- «Органы чувств»
«Съедобные и несъедобные грибы и ягоды»
- «Витамины и здоровый организм»
- «Спорт и здоровье. Виды спорта»
- «Режим дня» Цель: рассказать о влиянии правильного распорядка дня на здоровье; формировать привычку к определенному режиму.
- «Красивая осанка» Цель: побуждать детей выполнять физические упражнения осознанно, понимая их значимость
-

□ Рассматривание иллюстраций на тему:

- Из чего состоит человек
- Энциклопедия «Тело человека»
- Безопасность в быту и на природе
- Виды спорта

□ Подвижные игры:

- «Веселый бой», «Палочка-стучалочка», «Ураганы».
- «Осторожно лужа», «Будь внимателен», «Пройди не наступи»
- «Не спи, не зевай», «День - ночь», «Живые часы».

Работа с родителями в рамках недели здоровья:

**□ Информационные
уголки в раздевалке на
тему:**

- Профилактика плоскостопия
- Важность закаливания
- Закаливание воздухом
- Витамины и здоровье.

**□ Совместная утренняя
гимнастика**

**□ Организация
фотовыставки « Моя
спортивная семья.»**



Группа №8



**В рамках недели здоровья были проведены
совместные с родителями утренние
гимнастики:**



2
группа





Желаем всем

