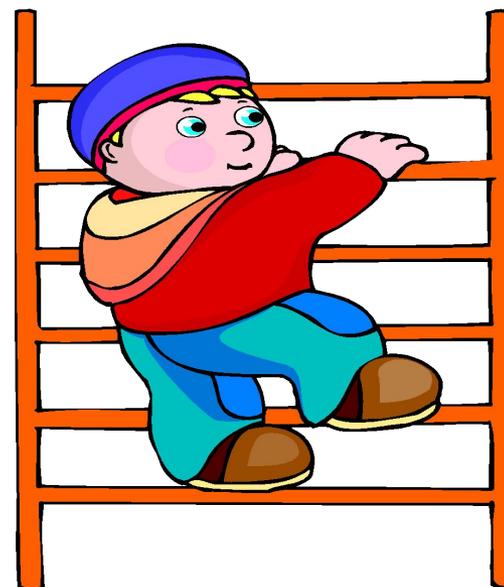


Республика Татарстан город Казань МАДОУ Детский сад №362 «Золотая рыбка»



# «Мое здоровье - мое богатство»

Воспитатель: Чебезова Светлана Васильевна



**Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем**

## ***Работа ведется по двум направлениям***

### **с детьми**

- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Гимнастика пробуждения
- ❖ Закаливающие процедуры
- ❖ Индивидуальная коррекционная работа
- ❖ Оздоровительная работа
- ❖ Физкультура
- ❖ Подвижные игры
- ❖ Соревнования

### **с родителями**

- ❖ Соревнования
- ❖ Совместные физкультурные занятия
- ❖ Совместные спортивные праздники
- ❖ Консультации и анкетирование

## **Утренняя гимнастика**

**Каждый день проводится комплекс утренней гимнастики**

**Каждый день у нас, ребята  
Начинается с зарядки.  
Сделать нас сильнее немного,  
Упражнения помогут.**



## Гимнастика пробуждения

Еще в нашей группе ежедневно проводится комплекс упражнений для пробуждения после сна

**Сон прошел, и мы проснулись,  
Улыбнулись, потянулись,  
Одеваться все пошли.**

# Как правильно вымыть руки



Закатать  
рукава



Открыть  
кран



Намочить  
руки



Взять  
мыло



Намылить  
руки



Смыть  
мыло



Закреть  
кран



Взять  
полотенце



Вытереть  
руки



Расправить  
рукава





## Закаливающие процедуры

Так же в группе проводятся закаливающие процедуры – это один из главных компонентов повысить устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

# Со здоровьем дружен спорт....



# Физкультура

Также три раза в неделю в группе проходят физкультурные занятия.  
Это бодрость и здоровье,  
Это радость и веселье!  
Плюс хорошая фигура –  
Вот, что значит  
физкультура.



# Подвижные игры

Еще с детьми проводятся подвижные игры. С большим удовольствием дети играют не только в группе, но и на улице.

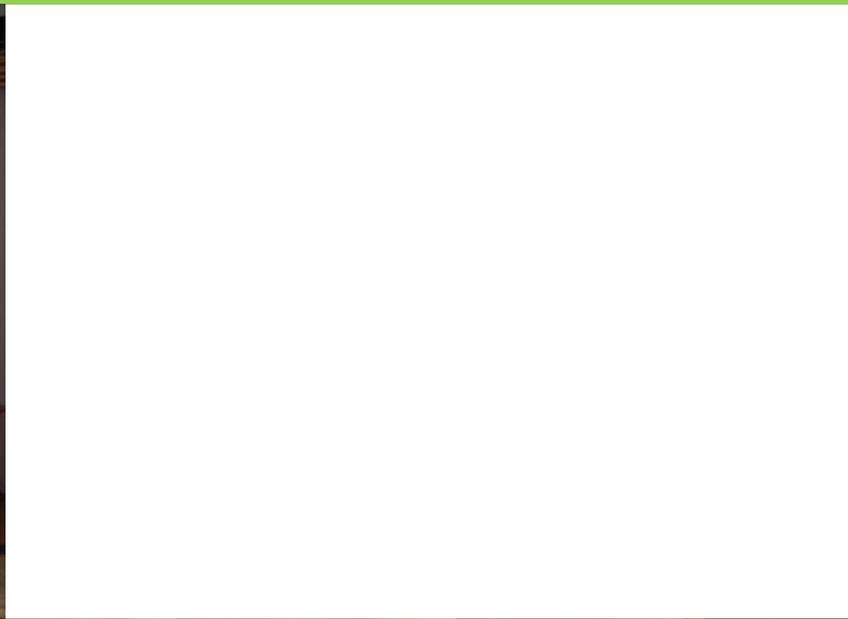
**Мы, ребяташки на  
площадке,  
Дружно, весело живем:  
Целый день мы все гуляем  
И здоровыми растем.**



## **Консультации и анкетирование:**

**Для родителей воспитателями группы был подобран перечень консультации и анкет.**

- К здоровью без лекарств;**
- Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью;**
- Здоровье малышей;**
- Роль витаминов в детском питании;**
- Я и мое здоровье;**
- Закаливания;**
- Здоровье всему голова;**
- Безопасность и здоровье наших детей;**
- Памятка родителям о закаливании детей в семье;**
- Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»;**
- Анкета для родителей «Спорт в вашей семье».**



С детьми проводились:

- утренняя гимнастика;
- гимнастика пробуждения;
- закаливания;
- подвижные игры;
- оздоровительная работа и т.д.
- Воспитанники приобрели навыки осознанного здорового образа жизни.
- Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволили найти способы укрепления и сохранения здоровья.
- Полученный опыт позволил избежать несчастных случаев.
- Активно привлекались родители к участию в жизни дошкольного учреждения, использовались небольшие игровые тренинги при проведении групповых родительских собраний, а также обучение проведению подвижных и спортивных игры во время подгрупповых консультаций

**Зимой в игры мы играем  
Или катимся с горы,  
Мы здоровье укрепляем,  
Отдыхаем от души!**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

**Будьте здоровы**