

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