

# **Формирование привычки к здоровому образу жизни**

**ОТЧЁТ  
о работе методического  
объединения  
педагогов дошкольного  
образования**

**Цель: Создание  
системы работы по  
формированию  
привычки здорового  
образа жизни у детей  
дошкольного возраста.**

## **Задачи:**

- сформировать у детей адекватное представление об окружающем человеке (о строении собственного тела);
- привить навыки профилактики и гигиены, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников;
- ознакомить с правилами поведения на улице, в быту;
- формировать правильное поведение ребенка в процессе выполнения всех видов деятельности.

Нашу работу мы  
разделили на  
следующие  
разделы:

- я – человек;
- физкультура;
- внимание –  
опасность;
- мой-до-дыр.



# Я-ЧЕЛОВЕК.

- ▣ Познакомить с внешними частями тела, знать основные правила заботы о нем.
- ▣ Учить одеваться и раздеваться самостоятельно, застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, аккуратно складывать и убирать одежду на место; вежливо обращаться за помощью к сверстнику или взрослому.
- ▣ Уточнить знания ребенка об имени, фамилии, возрасте, своем доме.

# ФИЗКУЛЬТУРА.

- Продолжать формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности.
- Развивать потребность в уходе за своим телом.
- Познакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой.

# ВНИМАНИЕ – ОПАСНОСТЬ

- Рассказать об основных правилах безопасности поведения на улице и в помещениях.
- Рассказать о Правилах дорожного движения.
- Беседовать о правилах личной безопасности в быту и в разных жизненных ситуациях.

# МОЙ-ДО-ДЫР

- Рассказать о культуре еды, правилах поведения за столом, о последовательности одевания, умывания, правил гигиены.
- Познакомить с основными правилами этикета, поведения, питания, общения за столом.
- Рассказать о человеческих качествах: аккуратность, доброта, настойчивость, вежливость, воспитанность.



## **Свою работу мы осуществляли:**

- через занятия;**
- в совместной деятельности педагога и детей;**
- через режимные моменты;**
- игру;**
- прогулку;**
- индивидуальную работу;**
- самостоятельную деятельность детей.**

## Использовались следующие методические приемы:

- рассказы и беседы воспитателя;
- моделирование различных ситуаций;
- рассматривание иллюстраций, сюжетных, предметных картинок, плакатов;
- сюжетно-ролевые игры;
- дидактические игры;
- игры-забавы;
- подвижные игры;
- пальчиковая и дыхательная гимнастика;
- физкультминутки.

# Утренняя гимнастика



# ПАЛЬЧИКОВАЯ И РЕЧЕВАЯ ГИМНАСТИКА





# Умывание рук до локтя прохладной водой



# Изучаем тело человека



# ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ И ПАУЗЫ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ





# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РАЗРЯДКИ, РЕЛАКСАЦИЯ





# Физкультурные занятия



# Музыкально-ритмические занятия



# Физкультурные занятия на прогулке



# Ходьба зимой на лыжах





# Ходьба по снежному валу



# Подвижные игры на прогулке



# Оздоровительный бег на прогулке





# Игры со снегом, катание с горки





# Прогулки в лес



# ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ ДНЕВНОГО СНА





# ХОДЬБА ПО МАССАЖНЫМ КОВРИКАМ



# СПОРТИВНЫЕ ДОСУГИ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ПРАЗДНИКИ



# Работа с родителями





Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Это главная ценность жизни. Его не купишь ни за какие деньги, его надо сохранять, оберегать и улучшать смолоду, с первых дней жизни ребенка.



**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

