Проект «Азбука здоровья!»

Воспитатель I категории
Соколова Ирина Алексеевна
МАДОУ № 25

Курение

Алкоголь

Наркотики

Бензин

Вредные вещества

Вредные воздействия

Модель здоровья

Положительные воздействия

Сон

Спорт

Свежий воздух

Правильное питание

Эмоциональное состояние

Цель проекта :

- формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного

Методы реализации

практические

- Дидактические игры
- Физкультминутка
- Оздоровительная работа
- Организация режима двигательной активности
- Физкультминутка
- Сюжетно-ролевые игры

словесные

- Беседы
- Чтение художественной литературы
- Консультации
- Заучивание стихотворений
- Рассказывание

наглядные

- Организация выставок, конкурсов.
- Сбор фотоматериала.
- Рассматривание иллюстраций.
- Информационно-агитационные стенды
- Личный пример взрослых
- Театрализованные представления

Здоровье детей в детском саду

Первый раз отдавая своих малышей в детский сад, практически все родители сталкиваются с одной и той же проблемой: ребенок начинает часто болеть. Как же можно обеспечить хорошее здоровье детей в детском саду и избежать частых простудных или инфекционных заболеваний?

Особое здоровье детей в детском саду всегда было большой проблемой. Ребенок, в первый раз попадая в детский сад, оказывается в довольно агрессивной вирусно-микробной среде, ведь в коллективе могут наноситься болезни с простудой, насморком и т. д. А потому в детском саду ребенок часто оказывается под угрозой заболеваний.

Чтобы улучшить здоровье детей в детском саду, нужно соблюдать несколько достаточно простых правил.

Для начала, если ребенку только предстоит поступить в детский сад, нужно заняться укреплением его иммунитета. Так, нужно давать ребенку гулять на свежем воздухе, обеспечивать содержание в ежедневном рационе ребенка всех необходимых витаминов и минеральных веществ.

Ребенку не нужно создавать «тепличные условия», пытаясь полностью оборонить его от малейшего влияния окружающей среды. Это значит, что не нужно чрезмерно кутать ребенка во время прогулок, не нужно создавать в доме «стерильную чистоту». Лучше давать ребенку побольше контактировать с другими детьми (это полезно и в плане социального развития), регулярно проводить закаливающие процедуры.

Здоровье детей в детском саду зависит не только от состояния иммунитета, но, оказывается, еще и от того, насколько малы шансы психологически комфортно в стенах детского дошкольного учреждения. Если ребенок идет в сад со слезами, если плачет он может провалиться в коллективу, то и на его здоровье это скажется не лучшим образом.

Поэтому адаптации ребенка в детском саду следует уделить особое внимание. Нужно постараться он выбрать сад, в котором бы ребенку нравилось. Нужно также и подготовить малыша к первому походу в детский сад: рассказать, как весело он сможет провести этот время, как сможет поиграть с другими детьми.

Чтобы быть в полной уверенности, что здоровье детей в детском саду не пошатнется, лучше всего еще до поступления в сад пройти с ребенком медицинский осмотр.

Во время осмотра врач определит, здоров ли ребенок, нет ли у него признаков какого либо начинающегося заболевания.

Если иммунитет ребенка ослаблен после болезни, то лучше дождаться, когда иммунитет окрепнет, а уже потом вести малыша в детский сад.

Часто здоровье малышей в детском саду страдает от того, что родители приводят в группу заведомо больного ребенка. Такое поведение родителей чревато заражением других детей в коллективе и осложнениями течения заболевания собственного ребенка. По возможности заболевшего ребенка нужно оставлять дома.

Прививка, и перестраховываться, держа ребенка дома по 3-4 недели при малейшем подозрении на простуду, тоже не стоит. Дело в том, что за это время в детском коллективе появятся уже новые вирусы и микробы, а потому ребенок рискует вновь заболеть сразу же после первого посещения детсада.

Здоровье детей в детском саду – это ответственность и персонала сада, и родителей. Общими усилиями нужно постараться создать детям все условия для правильного и здорового развития.

Салат „Летний"
1.
3.

Салат „Подсолнух"
морковь
мясо
лук
грибы
оливки
чипсы
кукуруза (консерва)
яйцо
укроп

МАСЛО

Узембаев Олег