

ГБДОУ детский сад №49
Приморского района
Санкт-Петербурга

Приобщение детей
к здоровому образу жизни

Воспитатели:
Кистень Н. А.
Антошина З.Р.

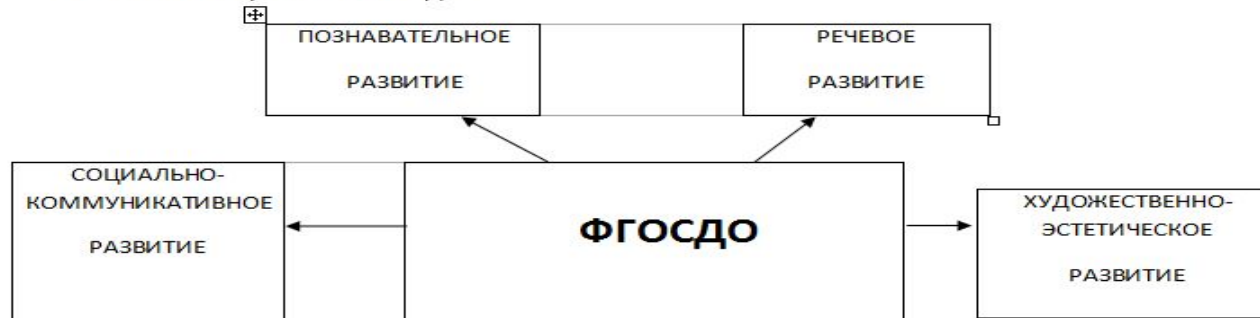
2015

«Здоровье - не все, но все без здоровья – ничего»

Сократ

Приобщение детей к здоровому образу жизни

1. Схема 5 направлений ФГОСДО



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

-Развитие физических качеств

- Воспитание потребности в здоровом образе жизни
- Привитие стойкости культурно-гигиеническим навыкам
- Развитие представлений о строении собственного тела
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания первой помощи
- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма
- Формирование представлений об окружающей среде
- Формирование привычки ежедневных физических упражнений

Содержание работы с детьми по приобщению к здоровому образу жизни

Цели:

- Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья

Задачи:

- Сохранение, укрепление физического и психического здоровья детей
- Воспитание культурно-гигиенических навыков
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Методы реализации задач

- Словесные методы обучения:
 - Устное изложение (чтение , заучивание , пересказ)
 - Беседа
 - Работа по образцу
- Наглядные методы:
 - Метод наблюдений (показ картин, фото, диафильмов, кинофильмов, рассматривание игрушек, показ приемов рисования, лепки, аппликаций)
- Практические методы обучения:
 - Опытно-исследовательская деятельность
 - Речетворчество
 - Дид. Игра
 - Игра-драматизация
 - Игра-инсценировка
 - Игра-занятие

- **Приемы – это элементы метода**

Словесные приемы

- Речевой образ
- Повторение
- Объяснение
- Указание
- Словесное упражнение
- Оценка детской речи
- Вопрос (репродуктивный: Что? Какой? Где? Куда? Как? Когда? Сколько? ; поисковый: Зачем? Почему? и др.; прямой, наводящий)

Наглядные приемы

- Показ картинки, игрушки, движения, действия

Игровые приемы

- С мячом, игровым персонажем, элементы соревнования

Средства реализации

- Занятия НОД

Задача по приобщению к здоровому образу жизни в рамках лексической темы

- Дид. Игры (перечень)
- Экскурсии
- Рассматривание картин
- Ситуация общения
- Игровые ситуации
- Утренняя гимнастика
- Бодрящая гимнастика
- Спортивные праздники
- Плакаты об охране природы
- Опытно-экспериментальная деятельность
- Проблемные ситуации
- Тесты, опросники
- Практическая деятельность детей (создание альбома «Здоровый образ жизни»)
- Чтение художественной литературы (список)
- ИЗО деятельность
- Беседы (совместной деятельности воспитании детей, вне НОД)

Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими ребенок

Педагогические ориентиры



*Примерные виды интеграции образовательных областей ФГОСДО
По задачам и содержанию психолого-педагогической работы*



По средствам организации и оптимизации образовательного процесса



Значение утренней гимнастики

Ежедневное проведение утренней гимнастики, правильно подобранные комплексы физических упражнений растормаживают нервную систему детей после сна, активизируют деятельность всех внутренних органов и систем, повышают физиологические процессы обмена, увеличивают возбудимость коры головного мозга, а также реактивность головного мозга от всех рецептов – зрительного, слухового, опорно-двигательного, кожного, повышает жизнедеятельность организма в целом.



Динамические переменки

Цели: предупреждение эмоциональных перегрузок детей, закрепляем различные виды движений, полезных для укрепления здоровья, получение положительных эмоций.

Динамические паузы бывают разные:

1. Развлекательные
2. Релаксационные
3. Коммуникационные
4. Коррекционные
5. Развивающие



Бодрящая гимнастика

Цели: Помочь детскому организму проснуться, улучшить настроение, поднять мышечный тонус.









С.р.игра «Поликлиника»

как средство всестороннего развития ребенка, способ переработки полученных из окружающего мира впечатлений, знаний

Цели:

развивать познавательный интерес детей, обогащать игровой опыт (общение врача с пациентом). Стараться принимать роль, выполнять последовательность игровых действий, ставить игровые цели, активизировать опыт детей.



Формула повышения самооценки и позитивного восприятия окружающих «Я – хороший, ты – хороший»

Цели и задачи:

1. Формировать доброжелательное отношение к окружающему миру, сверстникам, самому себе
2. Сохранять и укреплять помимо физического и психическое здоровье
3. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка
4. Повышение уровня речевого развития

