

# ***Педагогический совет***

***«Создание условий для здорового  
образа жизни  
в системе образовательного  
процесса  
дошкольной организации  
через здоровьесбережение.  
Формирование привычки к ЗОЖ»***

***С.В. Криксина  
старший воспитатель***

# ***Повестка:***

1. Актуальность темы педсовета – Криклина С.В.
2. «Влияние двигательной активности на организм дошкольника» – Кичаева О.В.
3. «Общие принципы организации двигательной активности детей на прогулке» – Ивашина Ю.М.
4. Домашнее задание педагогов – «Технологии оздоровления» - педагоги.
5. Тест «Насколько вы зашлакованы?»
6. Деловая игра для педагогов.
7. Выработка проекта решения педсовета.
8. Рефлексия.

***Итоги тематической проверки –  
по ходу педсовета***

***Путь  
к здоровью –  
это...***

# **Структура здоровья человека обеспечивается:**

- здравоохранением - на 10-12 %*
- наследственностью - на 18 %*
- условиями среды – на 20 %*
- образом жизни – на 50-52 %***

# **Согласно данным НИИ педиатрии:**

- 14%** детей - условно здоровые
- 40%** - страдают хроническими заболеваниями
- 50%** - имеют проблемы в развитии опорно-двигательного аппарата

***Состояние здоровья  
детей –  
и медицинская,  
и педагогическая  
проблема***

**«Здоровье –  
это не только  
отсутствие болезней или  
физических дефектов,  
но и состояние полного  
физического, психического  
и социального  
благополучия»**





*сердечно-сосудистая  
система*



*дыхательная система*



*иммунная система*



**Движение –  
основное средство  
развития  
сердечно-сосудистой,  
дыхательной  
и  
иммунной системы**

**Технология** — совокупность методов, процессов и материалов, используемых в какой-либо отрасли деятельности

**Методика** — это некий готовый "рецепт", алгоритм, пошаговая инструкция, процедура для проведения каких-либо нацеленных действий.

***Здоровьесберегающие  
технологии –***  
технологии, направленные  
на сохранение,  
поддержание и обогащение  
здоровья субъектов  
педагогического процесса

**Какие  
здоровьесберегающие  
технологии  
используются  
в ДОУ или могут  
использоваться?**

**Презентации педагогов**

**КАКОЕ СОДЕРЖАНИЕ  
ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЛАСТЬ  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ?»**

**включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:**

\* двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений , направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

\* способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

\* становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).



# Образовательная область «Физическое развитие»

## Основные цели и задачи

1. Формирование начальных представлений о ЗОЖ.

2. Физическая культура:

\_ сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

\_ обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

\_ формирование потребности в ежедневной двигательной активности.

\_ развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

\_ развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется на занятиях (НОД) по физическому воспитанию, а также в виде различных гимнастик, закаливающих процедур (босохождение, воздушные ванны и т.д.), физминуток, динамических пауз, подвижных игр, организации прогулок и т.д.

# **Информационно-просветительская деятельность**

## **выражается в:**

- Формирование у родителей здорового образа жизни как ценности;
- В знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в ДОУ;
- Информировании о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности ребенка;
- Привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

# ДЕЛОВАЯ ИГРА С ПЕДАГОГАМИ

## 1 ЗАДАНИЕ:

**КАЖДАЯ КОМАНДА  
ДОЛЖНА ЗАПИСАТЬ  
ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ?**

### **ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ:**

ОХРАНА ЖИЗНИ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, СОДЕЙСТВИЕ ПРАВИЛЬНОМУ ФИЗИЧЕСКОМУ И ПСИХИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТСКОГО ОРГАНИЗМА, ПОВЫШЕНИЕ УМСТВЕННОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ)

### **РАЗВИВАЮЩИЕ:**

РАЗВИТИЕ ДВИЖЕНИЙ, ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ И ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (ЛОВКОСТЬ, БЫСТРОТА, СИЛА, ВЫНОСЛИВОСТЬ), ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ)

### **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:**

ОБОГАЩЕНИЕ ЗНАНИЙ ДЕТЕЙ О СВОЕМ ОРГАНИЗМЕ, ЗДОРОВЬЕ, О ПУТЯХ ЕГО УКРЕПЛЕНИЯ, СОХРАНЕНИЯ, ОТВЕТСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ)

### **ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ :**

(ВОСПИТАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА (СМЕЛОСТЬ, РЕШИТЕЛЬНОСТЬ, НАСТОЙЧИВОСТЬ, ВЗАИМОПОМОЩЬ), ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ (СИЛА ВОЛИ, УМЕНИЕ ПОБЕЖДАТЬ И ПРОИГРЫВАТЬ), ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЫЧКИ К ЗОЖ (ЖЕЛАНИЕ ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ)

## **Задание 2**

**Какая связь  
существует между  
упражнениями для рук  
и речью ребенка?**



**Сколько часов в  
сутки должен  
спать человек?**

**Назовите принципы  
закаливания – 3П?**

**Назовите насекомых  
– индикаторов  
отсутствия у  
человека навыков  
гигиены?**

**Какая поговорка  
учит нас  
правильному  
режиму питания?**

**Почему детям до 15  
лет нельзя  
заниматься тяжелой  
атлетикой?**

**Основной и  
любимый вид  
деятельности  
детей?**



**ОДИН ИЗ СПОСОБОВ  
пробуждения  
организма?**

**Один из видов  
профилактики  
заболеваний?**

## Задание 3:

Тест (выполнение в командах)

## Задание 4:

команды должны вспомнить  
одну пальчиковую и одну  
подвижную игру и провести ее.

## Задание 5:

существуют разные комплексы  
утренних гимнастик,  
попробуйте создать еще один,  
в котором все упражнения  
были бы похожи на:

1. РЫБЫ
2. МУРАВЬЯ

## Задание 6:

Представьте, что открыта скульптурная галерея со странным названием «Жертвы спорта».

Создайте для этой галереи скульптурные композиции:

- 1- «штангист, который не успел отпрыгнуть от штанги»
- 2- «горнолыжница, не успевшая убежать от снежной лавины»

## Задание 8:

Создайте модель здорового ребенка в виде дерева.



# ***Модель здорового ребёнка***

**Ствол – это здоровье**

**Корни – факторы,**

*которые обеспечивают крепкое  
здоровье*

**Крона – следствие,**

*т.е. каким будет ребёнок*

# Модель здорового ребёнка



**Здоровое питание, наследственность, экология  
полноценный сон, соблюдение режима дня, ЗОЖ,  
двигательная активность, прогулки и др.**



**Десять  
золотых правил  
здоровьесбережения**



# *1. Соблюдайте режим дня*





## ***2. Обращайте больше внимания на питание***



# *3. Больше двигайтесь!*



## ***4. Спи́те в прохладной комнате***

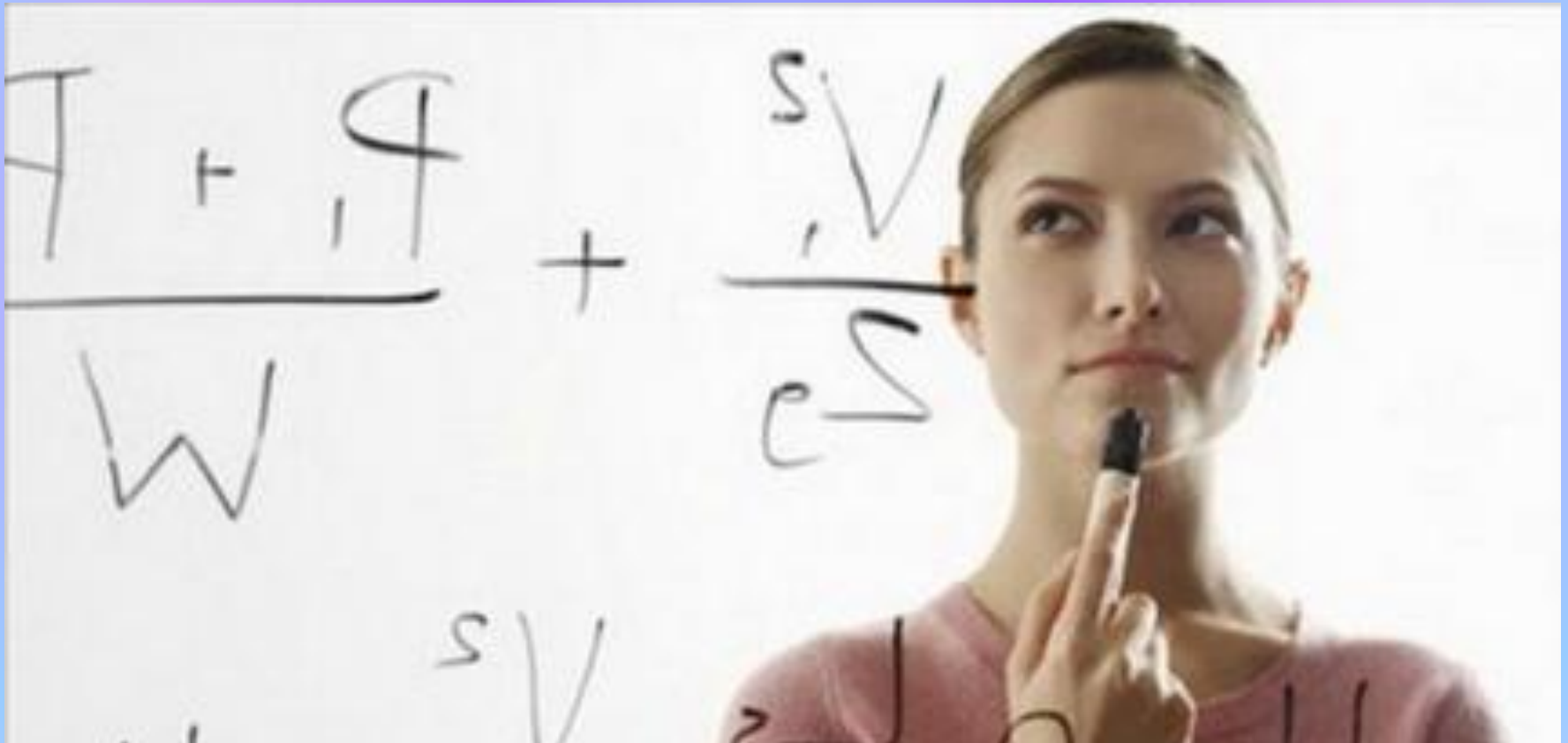




***5. Не гасите в себе гнев,  
дайте ему вырваться наружу***



## **6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью**



# ***7. Гоните прочь уныние и хандру!***



***8. Адекватно реагируйте  
на все проявления  
своего организма***





**9. Старайтесь получать  
как можно больше  
положительных эмоций**



**Всё будет здорово!**

***10. Желайте себе и окружающим  
только добра***



# Принципы «Радостной физической культуры»

1. Каждое НОД- новая игра или путешествие в страну Физкультуры.
2. Физкультурная разминка – это сюжетный и соревновательный комплекс.
3. Планирование НОД должно носить тематический характер и учитывать интерес детей и времена года.
4. Использовать на НОД художественное слово, музыку, а также театрализацию
5. Каждое НОД – это встреча с новым.



# *Решение председателя*



- Составить картотеку подвижных игр в соответствии с возрастом детей.
- Использовать во время прогулок выносной материал для организации более эффективной двигательной активности детей.
- Внедрять в работу инновационные технологии по здоровьесбережению.
- Составить план физкультурно-оздоровительной работы в доу (отв. Кичаева О.В.)
- Запланировать и провести «День здоровья» как совместное мероприятие с родителями.
- Обеспечить спортивную форму у детей и педагогов.

# Рекомендации:

- Необходимо пополнять оборудование в физкультурных уголках.
- Обратить внимание на проведение прогулки.
- Соблюдение режима дня.
- При планировании учитывать недочеты из тематической справки.

Желаем доброго



здоровья!