

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №36 общеразвивающего вида»



**В здоровом теле,
здоровый дух.**



**Автор: воспитатель МАДОУ №36
Кадрилеева Зульфа Закировна**

**г. Печора
2019 год**

Актуальность

В современном мире такие понятия как «формирование здорового и безопасного образа жизни» прочно входят в жизнь каждого человека, а также в воспитательно-образовательный процесс, начиная с ДООУ. В последние годы создано немало здоровьесберегающих технологий и данным вопросом занимаются М. Д. Маханёва, М. Л. Лазарев и др.

С переходом на ФГОС остается актуальной охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

«Формирование здорового и безопасного образа жизни в условиях ФГОС».

Привитие основ ЗОЖ в детском саду



**Каждый твёрдо должен знать:
Здоровье надо сохранять.
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься.
Руки мыть перед едой,
Зубы чистить, закаляться
И всегда дружить с водой.
И тогда все люди в мире
Долго-долго будут жить.
И запомни : ведь здоровье
В магазине не купить!**

- Цели оздоровительной работы в МАДОУ:**
- Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни;**
 - Совершенствовать физические способности;**
 - Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.**



Здоровый Образ Жизни

- Закаливающие процедуры
- Привитие культурно-гигиенических навыков Профилактика
- Режим дня
- Витаминизация
- СПОРТ



Привитие культурно-гигиенических навыков

Рано утром каждый день

Умываться нам не лень

Зубы, волосы, ногти и уши Почистим,

помоем мы и посушим

С мылом, расческой, шампунем и пастой

Будешь ты чистым, пушистым, гривастым.

Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика проводится в соответствии с режимом дня, создаёт у детей хорошее настроение и поднимает мышечный тонус



Здоровый Образ Жизни

Содержание

1. Введение

2. Основные принципы здорового образа жизни

3. Питание

4. Физическая активность

5. Психическое здоровье

6. Социальные связи

7. Вредные привычки

8. Заключение

Физическое развитие.



Это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей.



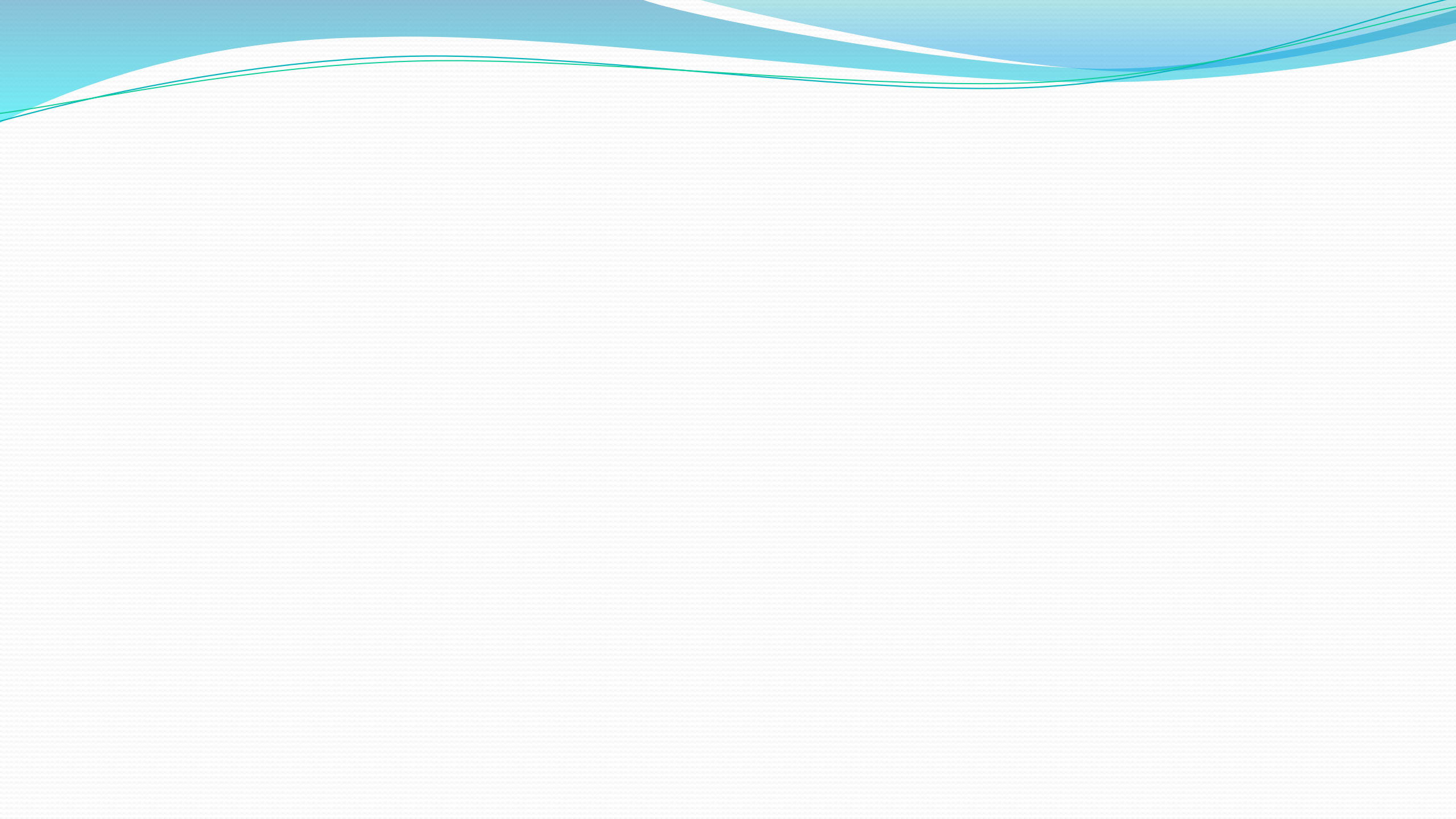
Почему надо соблюдать режим дня?

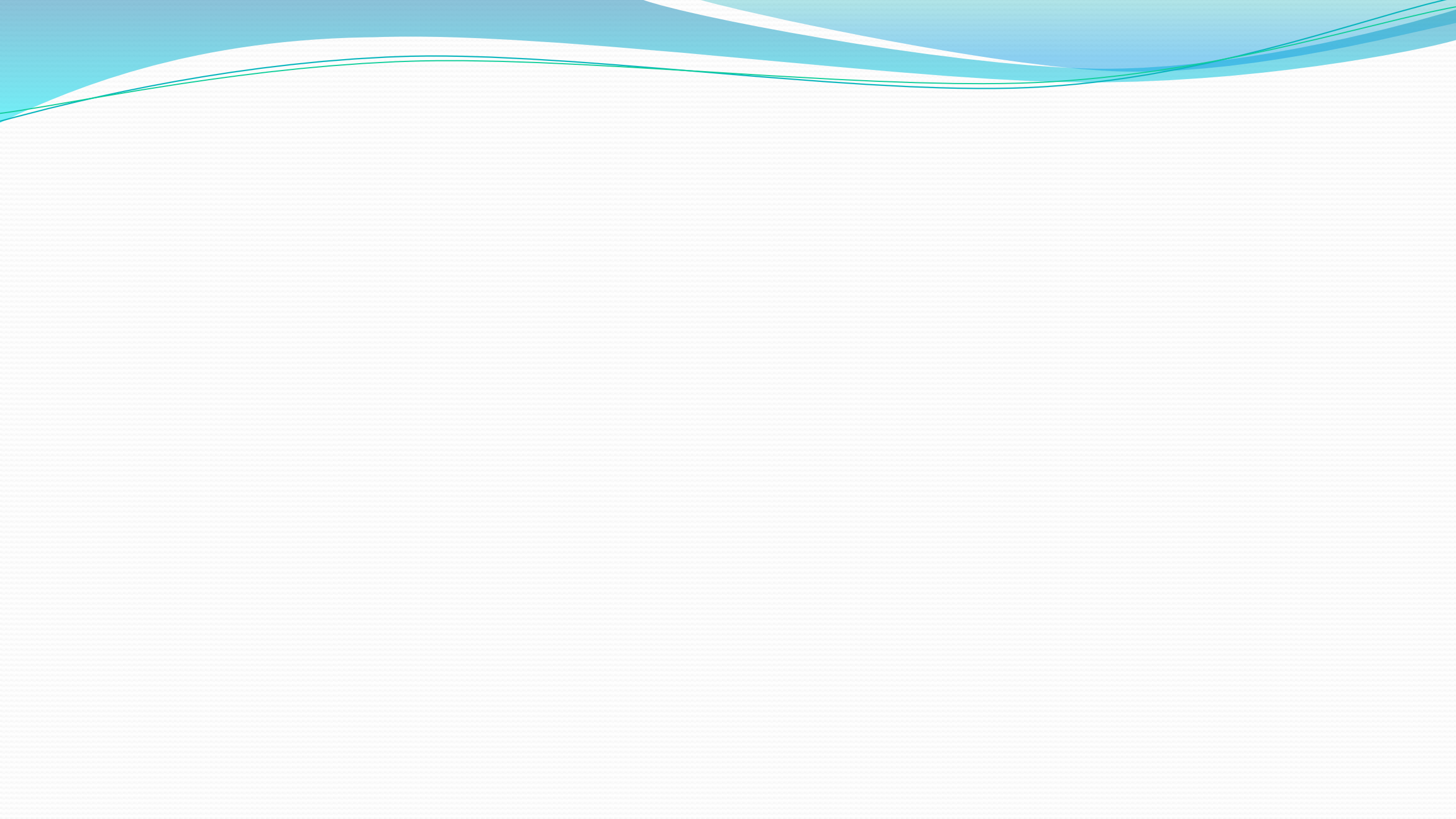


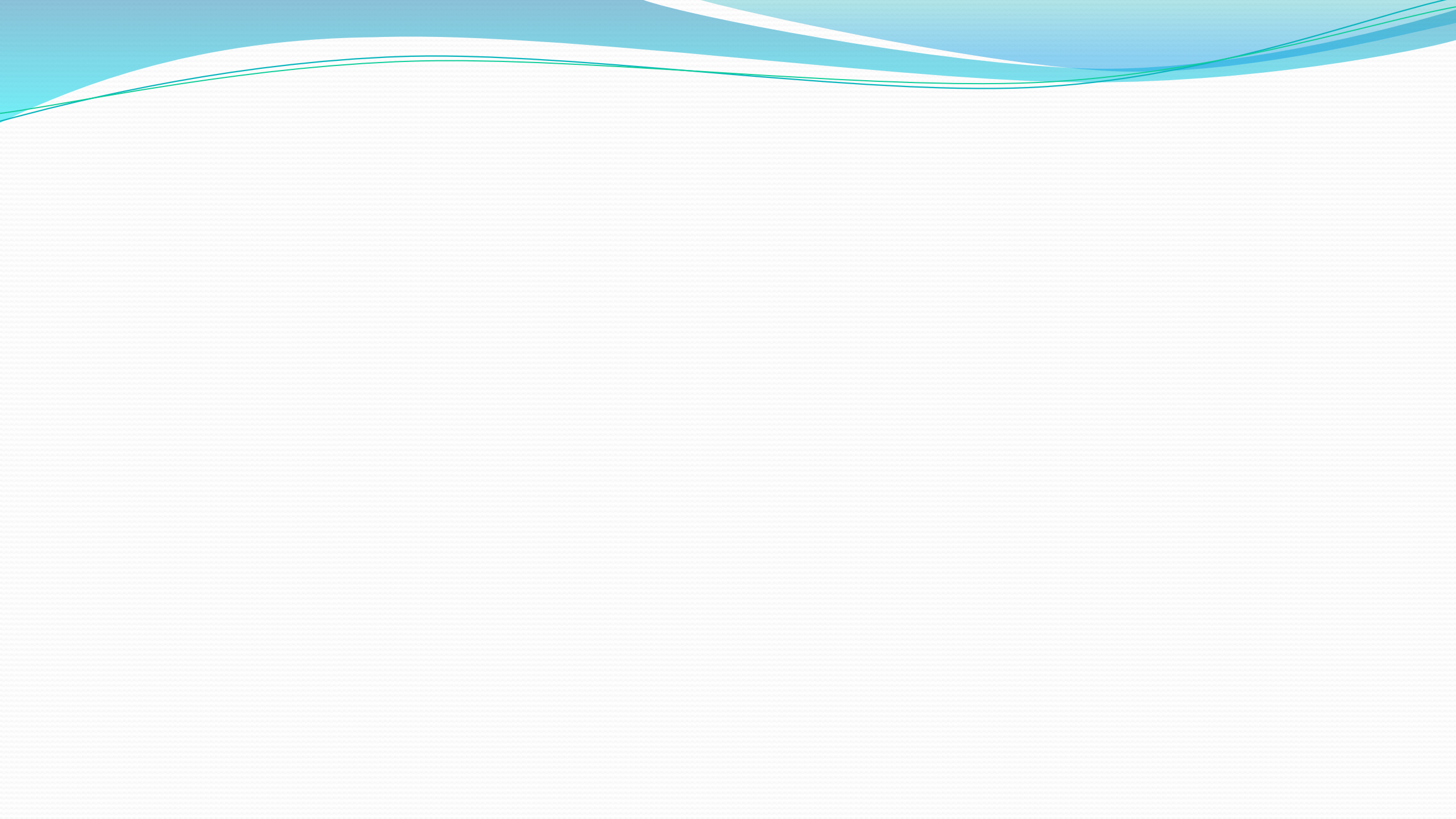
Для чего нужна зарядка? Это вовсе не загадка – чтобы
силу развивать и весь день не уставать!

«Здоровье

– это драгоценность, и притом единственная, ради которой стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной. »Мишель де Монтень







ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Формировать представления:

- что быть здоровым – хорошо, а болеть – плохо;
- о некоторых признаках здоровья;
- воспитывать навыки здорового поведения;
- любить двигаться;
- есть побольше овощей, фруктов;
- мыть руки после каждого загрязнения;
- быть доброжелательным;
- больше бывать на свежем воздухе;
- соблюдать режим дня;
- обогащать знания детей о физкультурном движении в целом;
- развивать художественный интерес;
- помочь овладеть устойчивыми навыками поведения;
- развивать умение рассказывать о своем здоровье, здоровье близких;
- вырабатывать навыки правильной осанки.

Совместная деятельность детей и взрослых



Постройка снежной горки



Участие детей и их родителей квест -игре

Посадка деревьев
на участке детского сада



Спортивные
соревнования с папами

Исследовательская деятельность

Модель
Здоровьесберегающей среды.
Утренняя гимнастика
Музыкальные занятия
Физическая культура
Прогулки
Спортивные мероприятия
Подвижные игры
Физкультминутки

Игровая деятельность

Сюжетно – ролевые игры



Физические упражнения с



Подвижные игры



П/И «Ловись рыбка»



П/и «Медведь»

Прогулки



Наиболее эффективный вид отдыха. Способствует повышению сопротивляемости организма и закаливает его.



Прогул



Утренняя гимнастика на улице



Строим крепость



Осенняя красота.
Собираем листья для гербария

День здоровья в ДОУ



Бассейн



Разминка



Упражнения на воде



Награждение победителей
в соревнованиях по плаванию

Взаимодействие с

ЯМИ



Постройка снежной горки



Участие детей и их родителей квест -игре

Посадка деревьев
на участке детского сада



Спортивные
соревнования с папами

Спасибо за



**Вот такие мы ребята группы №1 МАДОУ №36
Мы здоровью скажем Да!**