

# **Мой первый год работы в МАДОУ ЦРР д/с №18 «Виктория»**

**Тема самообразования:  
воспитание  
здоровьесберегающего  
поведения у дошкольников**

**Федорова Снежана Александровна** воспитатель

В. А. Сухомлинский

«Забота о здоровье —

это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»



**Здоровье - это состояние  
полного физического, психического  
и социального благополучия, а не  
просто отсутствие болезней или  
физических дефектов**



## Формы организации

здоровьесберегающей работы, которые я использую:

1. Физкультурные занятия
2. Спортивные и подвижные игры
3. Утреннюю гимнастику и гимнастику пробуждения
4. Гимнастику для глаз



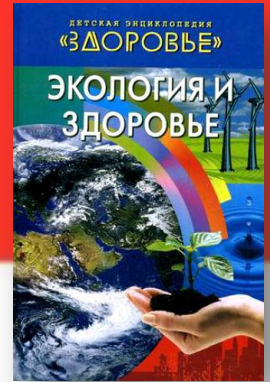
**5. Самостоятельную деятельность детей**  
**6. Мероприятия по основам безопасности жизнедеятельности**



**8. Релаксацию (чтобы снять напряжение использую спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы)**

**9. Включаю в НОД к качеству познавательного характера занятия из серии «Здоровье»**

**10. Для психо-терапевтической и развивающей работы помогает мне Сказкотерапия**



**Приобщаю родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях**

**Провожу консультации и беседы по вопросам здоровьесбережения**

**Оформляю информационные стенды для родителей с комплексами упражнений для профилактики нарушений ОДА, органов зрения, мелкой моторики, пальчиковые игры**



***Я стремлюсь к полной реализации, в жизни каждого ребенка, трех моментов:***

***достаточной индивидуальной умственной нагрузки***

***обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений***

***полное удовлетворение потребности в движении***



**Спасибо за внимание!**