

**ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» п.г.т.Стройкерамика структурное
подразделение «Детский сад «Радуга»**

**Оздоровительный кружок
«ЗДОРОВЯЧОК»**

**Выполнила: воспитатель
Разуменко Наталья Николаевна**

2013 год

*«Здоровье – это драгоценность, и притом,
единственная, ради которой стоит не
жалеть сил, трудов и великих благ»*

Мишель де Монтень

Актуальность:

Именно в дошкольном возрасте необходимо закладывать основы ЗОЖ, так как именно в этот период накапливаются яркие, образные, эмоциональные впечатления; закладывается фундамент правильного отношения к своему здоровью

Цель программы:

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья.
- Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья

Задачи:

- 1. Создать условия для осуществления оздоровительных мероприятий
- 2. Формировать первоначальные представления о здоровом образе жизни
- 3. Воспитывать у детей правильного отношения к своему здоровью
- 4. Оптимизировать работу с родителями

Ожидаемые результаты программы:

1. Созданы необходимые условия для осуществления оздоровительных мероприятий
2. Оптимизирована работа с родителями.
3. Повышены представления у детей о здоровом образе жизни.
4. Создана система оздоровительной работы с детьми.
5. Снижен уровень заболеваемости

Оздоровительная работа в течении дня

- Дыхательная гимнастика
- Сеанс «Добрые лучики»
- Ионизация воздуха в присутствии детей
- Упражнения для профилактики лор –заболеваний
- Физкультминутки
- Гимнастика для глаз
- Упражнения для коррекции осанки
- Релаксационные упражнения с элементами психогимнастики

Утренняя гимнастика (традиционная)



Утренняя гимнастика, в чередовании с «детской йогой»



Пальчиковая гимнастика



Ходьба по массажным дорожкам



Музыкальная побудка, в чередовании с гимнастикой «Маленьких волшебников»



Гимнастика маленьких волшебников



Беседы с детьми



Занятия



Оздоровительный досуг «За здоровьем в детский сад»



Спортивный праздник с участием родителей



Веселые старты



«Мы самые быстрые, смелые, ловкие!»



Работа с родителями:

- Родительские собрания
- Дни открытых дверей
- Совместные мероприятия детей и родителей
- Анкетирование
- Консультации
- Фотовыставки
- Оформление папок-передвижек
- Индивидуальные беседы

Результат:

- Снизилась заболеваемость
- Увеличилось число детей 1-й группы здоровья
- Положительная динамика сформированности осознанного отношения к своему здоровью
- Повысилась профессиональная компетентность педагогов
- Повысился интерес родителей к успехам своих детей в области здоровья и физической культуры

Вывод:

С определенной долей уверенности можно сказать, что оздоровительная программа реализуемая в детском саду усваивается воспитанниками достаточно эффективно, наблюдается положительная динамика в достижении детьми результатов программы.

Следовательно, можно сделать вывод, что образовательный процесс, организуемый в детском саду строится в правильном направлении.