


# Система работы по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста



Каверина Светлана Валерьевна,  
воспитатель

МАДОУ детский сад общеразвивающего  
вида «Радуга»

2014 год



« Забота о здоровье - это  
важнейший труд воспитателя.  
От жизнерадостности, бодрости  
детей зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное  
развитие, прочность знаний, вера в  
СВОИ СИЛЫ»

В. А. Сухомлинский

## Цель:

- Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, средствах укрепления здоровья и правилах заботы о нем.

## Задачи:

- Сформировать навыки здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом;
- Формировать у дошкольника представление об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, нетерпимости и умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и обществу в пределах своих возможностей;
- Обеспечить дошкольника необходимыми технологиями, позволяющими сохранить и укрепить здоровье;
- Обогащать знаниями о здоровом образе жизни через различные виды деятельности.

# ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ПРИОБЩЕНИЮ ДЕТЕЙ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ.

- Уроки здоровья
- Игры и игровые ситуации
- Беседы
- Театрализованные представления
- Чтение художественной литературы
- Продуктивная деятельность
- Физкультурные досуги, праздники



## «Уроки «Здоровья»»



## «Игровая деятельность»



# Физкультурные досуги и праздники



## Технологии сохранения и стимулирования здоровья



# Здоровьесберегающие образовательные технологии

- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия;
- точечный массаж, самомассаж;
- гимнастика пальчиковая
- гимнастика дыхательная
- динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры;
- динамическая гимнастика(бодрящая);
- гимнастика корригирующая;
- гимнастика ортопедическая;
- релаксация.



## «Бодрящая гимнастика после дневного сна»



## ● «Система закаливания и оздоровления»





# Психологические мероприятия в работе с детьми

- Технология музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Технология воздействия цветом
- Психогимнастика
- Минуты созерцания
- Минуты вхождения в день



## Медицинские здоровьесберегающие технологии в МАДОУ

- технологии профилактики заболеваний,
- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники,
- отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-У группу здоровья),
- реабилитация соматического состояния здоровья,
- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами,
- витаминно -профилактика (фрукты – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием сухофруктов),
- санитарно-гигиеническая деятельность ДОУ.



## Принципы организации питания

- Выполнение режима питания;
- Гигиена приёма пищи;
- Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- Эстетика организации питания (сервировка);
- Индивидуальный подход к детям во время питания;
- Правильность расстановки мебели.

# Физкультурные уголки и «уголки здоровья»



## Здоровьеформирующие и здоровьесберегающие технологии в работе с педагогами МАДОУ:

- Активное участие педагогов в оздоровительных мероприятиях для детей и взрослых
- Семинары-тренинги
- Консультации для педагогов «Воспитание здорового ребёнка», «Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы детского сада»
- Практикум для педагогов ДОУ «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня».
- Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях.

## Результаты анкетирования родителей

- ✓ 61 % - родителей особое внимание уделяют соблюдению режима, физкультурным занятиям, заботясь о здоровье ребенка;
- ✓ Только 30% родителей приветствуют закаливающие мероприятия;
- ✓ 93 % родителей нуждаются в помощи детского сада по вопросам воспитания детей

# Взаимодействие МАДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми;
- рекламные буклеты;
- анкетирование
- тематические выставки
- библиотека здоровья
- информационные уголки здоровья
- консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.
- встречи «за круглым столом»
- родительские собрания
- дни открытых дверей, дни и недели здоровья.



# Результаты работы.

- Созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности.
- У большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств, для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.
- У педагогов и родителей сформированы ценностные ориентации, направленные на сохранение здоровья детей.



Спасибо за внимание!

