



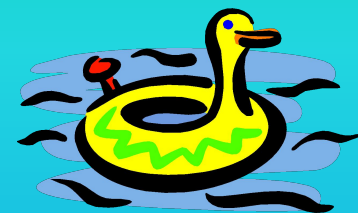
Здоровьесберегающие технологии в закаливании дошкольников.

Воспитатель: Корнеева О.Н.
Старшая группа «Оленёнок»



Задачи:

- 1. Формирование здоровьесберегающих технологий в закаливании дошкольников.**
- 2. Создание оптимальных условий для охраны и укрепления здоровья, физического и психического развития дошкольников.**
- 3. Развитие защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды.**
- 4. Воспитание осознанного отношения к здоровому образу жизни,**



The slide features a blue gradient background. In the top-left and bottom-left corners, there are decorative elements consisting of balloons and streamers. The top-left balloon is yellow with a green top and a yellow bottom, with a yellow streamer. The bottom-left balloon is red with a dark red top and a red bottom, with a red streamer. Both balloons have white triangular shapes around them, suggesting movement or light.

ПРИНЦИПЫ:

- Режимные моменты
- Эмоциональный настрой
- Индивидуальные и возрастные особенности
- Состояние здоровья
- Принцип «не навреди»

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ:

- Оздоровительное
- Психо-эмоциональное благополучие
- Создание оптимально-гигиенических условий внешней среды
- Рациональное питание с обогащением пищи витаминами

Виды закаливания

самомассаж

солевые
дорожки

Пальчиковая
гимнастика

Точечный
массаж

Горячее
обтирание

Дыхательная
гимнастика

психогимнастика





Солевые дорожки

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА



Вот вдохнули глубоко
дышим чисто и легко



Мы начнем сейчас тренаж
Делай сам себе массаж



**Ручки мылом мы потрём
И водичкой обольём.**



Приемы закаливания

Обширное
умывание

Сон без маечек

Воздушные
ванны

утренний прием
на свежем
воздухе,
гимнастика



хождение босиком до
и после дневного сна

полоскание рта
прохладной
водой

(массажные
коврики) после
дневного сна

Контрастные воздушные ванны



*Свежий воздух всегда
лучше любого лекарства*

Утренняя гимнастика



**А теперь все по порядку
Становитесь на зарядку
Обруч в руки мы берем
Упражнения начнем**



**Где солёная водица
Там для горла пригодится!**

Гимнастика после дневного сна



Одеяло мы подняли.
Сразу ножки побежали.

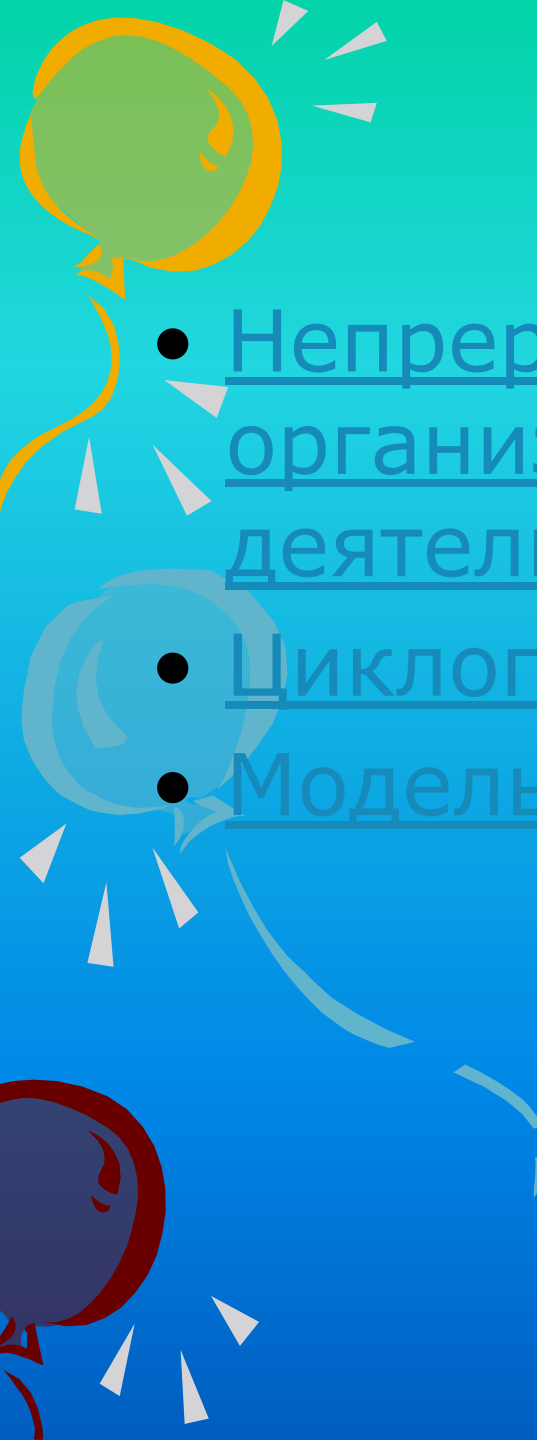
Раз, два, три!
Ну-ка ножки догони



Босоножъе



Массаж ног

- 
- Непрерывно непосредственно - организованная образовательная деятельность
 - Циклограмма
 - Модель жизнедеятельности



| День недели | 1 П.Д | 2 П.Д. |
|-------------|---|---|
| Понедельник | <p>9.00-9.20</p> <p><u>Познание</u></p> <p><u>Ознакомление с окружающим:</u> <i>(предметный мир 1-3 нед. Мир природы 2-4 нед.)</i></p> <p>12.00 – 12.25</p> <p><u>Физическая культура на улице</u></p> | |
| Вторник | <p>9.00-9.20</p> <p><u>Коммуникация</u> <i>(Развитие речи)</i></p> <p>9.30-9.55</p> <p>Социально-личностное развитие(социализация-1-3нед., безопасность-2нед.,труд-4 нед)</p> | <p>15.40 – 16.05</p> <p>Музыка</p> |
| Среда | <p>9.00-9.20</p> <p><u>Познание(РЭМП)</u></p> <p>10.00-10.25</p> <p>Физическая культура</p> | <p>15.40 – 16.05</p> <p>Коммуникация (обучение грамоте)</p> |
| Четверг | <p>9.00-9.20</p> <p><u>Художественное творчество</u> <i>(лепка/аппликация)</i></p> <p>10.00 – 10.25</p> <p>Музыка</p> | |
| Пятница | <p>9.00-9.20</p> <p><u>Художественное творчество</u> <i>(рисование)</i></p> <p>10.00 – 10.25</p> <p>Физическая культура</p> | <p>15.40 – 16.05</p> <p>ЧХЛ</p> |



| | 1-я половина дня | прогулка | 2-я половина дня | прогулка |
|---|---|--|--|---|
| п о н е д е л ь н и к | <p>1. <u>Коммуникативные игры.</u></p> <p>2. Дидактические игры по ознакомлению с окружающим.</p> <p>3. Уголок природы: дидактические игры, наблюдения.</p> <p>4. Индивидуальная работа по развитию движений</p> | <p>1. наблюдение за живой природой</p> <p>2. труд в природе.</p> <p>3. Индивидуальная работа по ознакомлению с окружающим.</p> <p>4. Физическая культура на улице.</p> | <p>1. Центр здоровья: дидактические игры, стоматология, КГН.</p> <p>2. Подвижная игра</p> <p><u>3. Центр книги.</u></p> <p>4. Игра-драматизация</p> <p>5. Развлечение (физ.рук .-2-я неделя 15.40-16.05); воспитатели: 1-я; 4-я : 15.40-16.05.</p> | <p>1. Наблюдение за временными изменениями в живой и неживой природе.</p> <p>2. Трудовые поручения.</p> <p>3. Игра малой подвижности.</p> <p>4. Индивидуальная работа по развитию движений.</p> |
| в т о р н и к | <p>1. Центр грамотности: артикуляционная гимнастика, работа по ЗКР.</p> <p>2. <u>Дыхательная гимнастика</u> 8.10-8.17 – физ. рук.</p> <p>2. Центр музыки: дидактические игры, музицирование, музыкальные импровизации.</p> <p>3. Инд. работа по ЗКР.</p> <p>4. Подвижная игра</p> | <p>1. Наблюдения в неживой природе.</p> <p>2. Опыты, игры эксперименты</p> <p>3. Индивидуальная работа по математике.</p> <p>4. Подвижные игры.</p> | <p>1. Центр математики (игротека)</p> <p>2. Подвижная игра.</p> <p>3. Центр конструктивных игр.</p> <p>4. Индивидуальная работа по развитию речи.</p> | <p>1. Наблюдения за изменениями в живой и неживой природе.</p> <p>2. Трудовые поручения.</p> <p>3. Подвижные игры.</p> <p>4. Индивидуальная работа по математике.</p> |



| | | | | |
|---------------------------------|--|--|--|--|
| с р е д а | <p>1. Центр науки: игры-эксперименты, опыты, свойства и качества материалов.</p> <p>2. <u>Центр здоровья: игротека подвижные игры.</u></p> <p>3. Индивидуальная работа по развитию речи</p> <p>4. Индивидуальная работа по конструированию.</p> | <p>1. Целевая прогулка к объекту 1-я, 3-я неделя.</p> <p>2. Целевая прогулка в природу 2-я, 4-я неделя месяца.</p> <p>3. Подвижные спортивные игры.</p> | <p><u>1. Центр искусства: работа с пластичными материалами, бумагой, практическая деятельность.</u></p> <p>2. Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>3. Индивидуальная работа по математике.</p> <p>4. Подвижные игры</p> | <p>1. Наблюдения за жизнью человека.</p> <p>2. труд на участке.</p> <p>3. Подвижные игры.</p> <p>4. Индивидуальная работа по развитию движений.</p> |
| ч е т в е р г | <p>1. Центр грамотности: развитие компонентов устной речи.</p> <p>2. Индивидуальная работа по лепке/аппликации</p> <p>3. Индивидуальная работа по музыкальному воспитанию:</p> <p>Музыкально-ритмические движения</p> <p>4. Инд. работа по обучению грамоте.</p> | <p>1. Наблюдения за рукотворным миром.</p> <p>2. Игра с природным материалом.</p> <p>3. Индивидуальная работа по развитию речи.</p> <p>4. Игры малой подвижности</p> | <p>1. Центр социально-личностного развития: игры, беседы, ситуации общения.</p> <p>2. Подвижные игры.</p> <p>3. Театрально-игровая деятельность: элементарные режиссерские игры, <u>игры-имитации</u> , хороводные игры.</p> | <p>1. Наблюдения за живой природой.</p> <p>2. Трудовые поручения.</p> <p>3. Подвижные игры с атрибутами.</p> <p>4. Индивидуальная работа по развитию речи.</p> |
| п я т н и ц а | <p>1. Центр искусства: игротека по ИЗО, ознакомление с искусством.</p> <p>2. Индивидуальная работа над интонационной выразительностью.</p> <p>3. Подвижные игры.</p> <p>4. Уголок природы: наблюдения за трудом, трудовые поручения.</p> | <p>1. Наблюдения за явлениями природы.</p> <p>2. Трудовые поручения.</p> <p>3. Индивидуальная работа по развитию движений.</p> <p>4. Подвижные игры.</p> | <p>1. <u>Хозяйственно-бытовой труд</u></p> <p>2. Индивидуальная работа по рисованию.</p> <p>3. Игры малой подвижности, хороводные игры.</p> | <p>1. Общение с природой (беседа, наблюдения, экологическая тропа).</p> <p>2. Игры с природным материалом.</p> <p>3. Подвижные игры.</p> <p>4. Индивидуальная работа по ознакомлению с социальным и природным миром.</p> |






Работа с родителями

- Консультации
- беседы
- родительские собрания
- Папки-передвижки
- Практикумы
- Индивидуальные беседы
- Анкетирование
- Дни открытых дверей
- Обучение методам закаливания

Работа с родителями





***Всем желаем закаляться,
Не болеть и не хворать.
Солнцу, небу улыбаться
И счастливыми всем стать!***

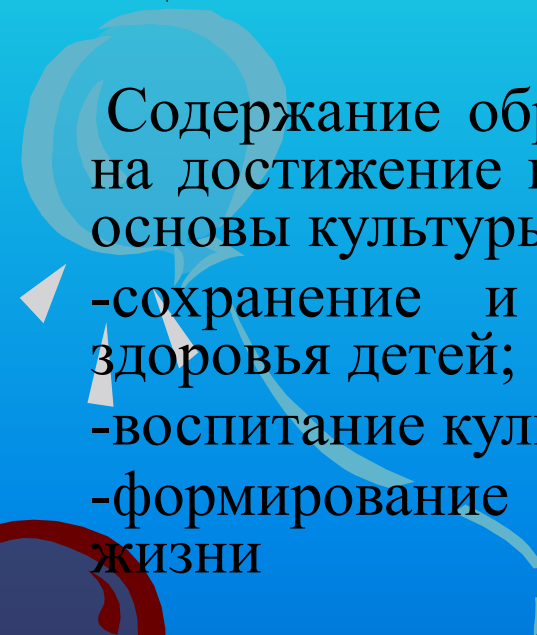




ПРИКАЗ

от 23 ноября 2009 г. N 655

**ОБ УТВЕРЖДЕНИИ И ВВЕДЕНИИ В ДЕЙСТВИЕ
ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ТРЕБОВАНИЙ К СТРУКТУРЕ
ОСНОВНОЙ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**



Содержание образовательной области "Здоровье" направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
 - воспитание культурно-гигиенических навыков;
 - формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
- 