

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №5 «Ручеёк»

**ОТЧЕТ ПО ТЕМЕ “ФОРМИРОВАНИЕ У
ДОШКОЛЬНИКОВ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ
ОБРАЗУ ЖИЗНИ”**

ПОДГОТОВИЛА ВОСПИТАТЕЛЬ :ТАРБАЕВА ЕЛИЗАВЕТА ИГОРЕВНА

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей относится к приоритетному направлению государственной политики в сфере образования. В связи с этим, приобщение детей к ценностям здорового образа жизни является одной из основных задач дошкольного образования. Использование современных здоровьесберегающих технологий и создание программ здоровьесбережения должны вызывать у детей определенный интерес к своему здоровью и пробудить желание заботиться о нем.

Федеральный закон



«Об образовании
в Российской Федерации»

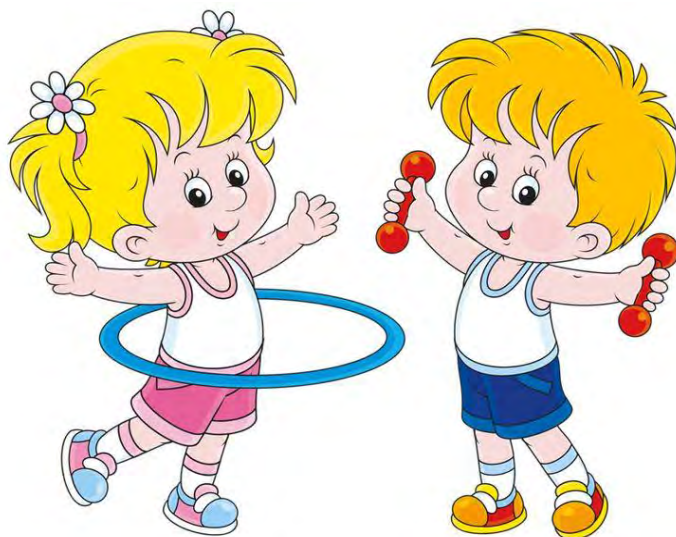
№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года

про аттестацию ст. 48, 49 и 51

Здоровьесберегающие
технологии в ДОУ»



Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (Всемирная организация здравоохранения)



Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах обучения и развития.

Среди многих факторов, которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ФГОС ДО

направлено на достижение целей формирования у детей интереса и целостного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость и координация);
- накопление и обогащение двигательного опыта (освоение ОВД);
- формирование потребности в двигательной активности и совершенствовании;
- становление ценностей ЗОЖ, владение элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, формирование полезных привычек);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.





СОЗДАНИЕ, НАКОПЛЕНИЕ В
ДЕТСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ
ТРАДИЦИЙ И ОБЫЧАЕВ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ
ПРИВЫЧЕК

ФОРМИРОВАНИЕ
АССОЦИАТИВНЫХ СВЯЗЕЙ С
ПОНЯТИЯМИ И СИМВОЛАМИ
КУЛЬТУРЫ ЗОЖ



СОЗДАНИЕ УСТОЙЧИВОЙ
МОТИВАЦИИ К ЗОЖ И
САМОКОНТРОЛИРУЕМОЙ
АКТИВНОСТИ В СОЗДАНИИ
СВОЕГО СОБСТВЕННОГО
ЗДОРОВЬЯ

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ
НАПРАВЛЕННОСТЬ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА УДО

МНОГОЭТАПНАЯ,
ПОСТОЯННАЯ,
НЕПРЕРЫВНАЯ
ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ
РАБОТА

ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
БЕЗОПАСНОСТИ
ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

ОПОРА НА УЧЕБНУЮ
ПРОГРАММУ
ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

ПОВЫШЕНИЕ
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ
УСТОЙЧИВОСТИ ДЕТЕЙ

**ОСНОВНЫЕ
ПОЛОЖЕНИЯ
РАБОТЫ УДО
В ОБЛАСТИ
ФОРМИРОВАНИЯ
КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У
ДЕТЕЙ**



В системе физического воспитания в детском саду использую следующие организованные формы работы двигательной деятельности детей:

физкультурные
занятия;

утренняя
гимнастика;

физкультурные
минутки;

дыхательная
гимнастика;

пальчиковая
гимнастика;

подвижные
игры;

спортивные
праздники и
развлечения;

Блиц-опрос

Утренняя гимнастика

это комплекс дыхательных и физических упражнений, который выполняется с утра для пробуждения.

Физиология человека устроена так, что организм нуждается в **утренних** физических упражнениях.



Физкультурные занятия



это ведущая форма
организованного,
систематического
обучения детей
двигательным умениям и
навыкам.

Закаливание



Самая эффективная закаливающая процедура - прогулка. Для того, чтобы прогулка давала эффект, нами меняется последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущего занятия и погоды. Так, в холодное время года и после занятия, на котором дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижной игры; в тёплое время года – с наблюдения, спокойных игр. Прогулку устраиваем 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой.

Свободный вид деятельности

Систематическое использование в режиме дня оздоровительных и корригирующих упражнений способствует укреплению организма ребенка, предупреждает отклонения в физическом развитии. Развивает самостоятельность, активность, умение заботиться о своем здоровье.



Работа с родителями

*Золотые правила
здоровьесбережения.*

1. Соблюдать режим дня!
2. Обращайте большое внимание на питание!
3. Больше двигайтесь!
4. Проветривайте комнату!
5. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
6. Гоните прочь уныние и ландрю!
7. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
8. Желайте себе и окружающим только добра!

*Соблюдайте правила
здорового образа жизни
вместе с детьми!*

Положительные эмоции

*Умей прищипить сердце, горло, тело
Тебе случится, когда в твоей груди
Уже давно все пусто, все сыро,
И только вода говорит: "Надо!"
Останься прост, безделья с червем,
Останься честен, говоря с толпой:
Будь прав и тверд с врагами и друзьями,
Пусть все, в свой час, считаются с
тобой!
Наташи слышали каждое шипенье,
Часы и дни музьяльный бег,
Тогда весь мир ты правыми во владенье,
Тогда, мой друг, ты будешь Человеком!*

Р. Киплинг

**ЦЕНИ
СВОЮ
ЖИЗНЬ**

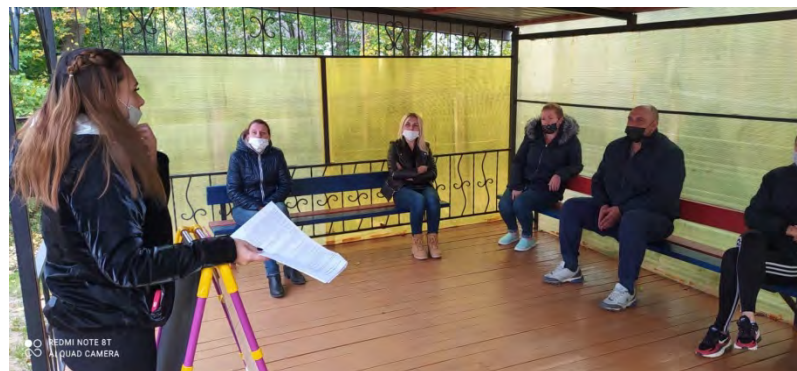
Здоровый образ жизни – это совокупность действий и поступков человека, которые направлены на сохранение его духовного и физического здоровья.

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«Здоровый образ жизни»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКА»**



Наша деятельность с родителями по формированию ЗОЖ у детей осуществляется в соответствии с программой ДОУ. В работе с родителями реализовываются комплексное применение традиционных и нетрадиционных **форм** непосредственного и дистанционного взаимодействия, используются методы **работы с родителями** с дополнительной целью - повышения их личной заинтересованности в **формировании ЗОЖ детей.**



Рациональное питание, соблюдение режима дня, условия для здорового сна ребенка

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

- Одно из необходимых условий гармоничного роста дошкольников
- физического и нервно-психического развития
- устойчивости к воздействию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды



Соблюдение вирусного режима



Соблюдая данные рекомендации, Вы вносите вклад в борьбе не только с COVID -19, но и другими инфекционными заболеваниями. Будьте здоровы!

В ДОУ всегда присутствуют дети, болеющие чаще других. Для них с целью снижения заболеваемости организуется щадящий оздоровительный режим. Создается благоприятный психологический микроклимат, увеличивается продолжительность дневного сна, строго соблюдается режим чередования подвижных и спокойных игр, меняются сферы деятельности, в летнее время года максимальное пребывание на улице, на свежем воздухе.



Для снижения заболеваемости и пропусков в детском саду мною были проведены консультации с родителями в группах, где часто болеют дети: «Здоровые дети- в здоровой семье », «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить», «Закаливание в домашних условиях» , «Зимние прогулки с детьми» и т.д.

**Спасибо за
внимание!**



Будьте здоровы!