

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №78 «Исток»

Тема: Из опыта работы воспитателя во второй младшей группе по обучению здоровому образу жизни

Выполнила:

воспитатель Витеева К.О.

первая квалификационная категория

Смоленск - 2019 г



**Здоровье является необходимым
условием реализации всех заложенных в
человеке возможностей, основа основ
достижения любых успехов.**

**Забота о своём здоровье позволяет жить
полноценной во всех отношениях жизнь.**

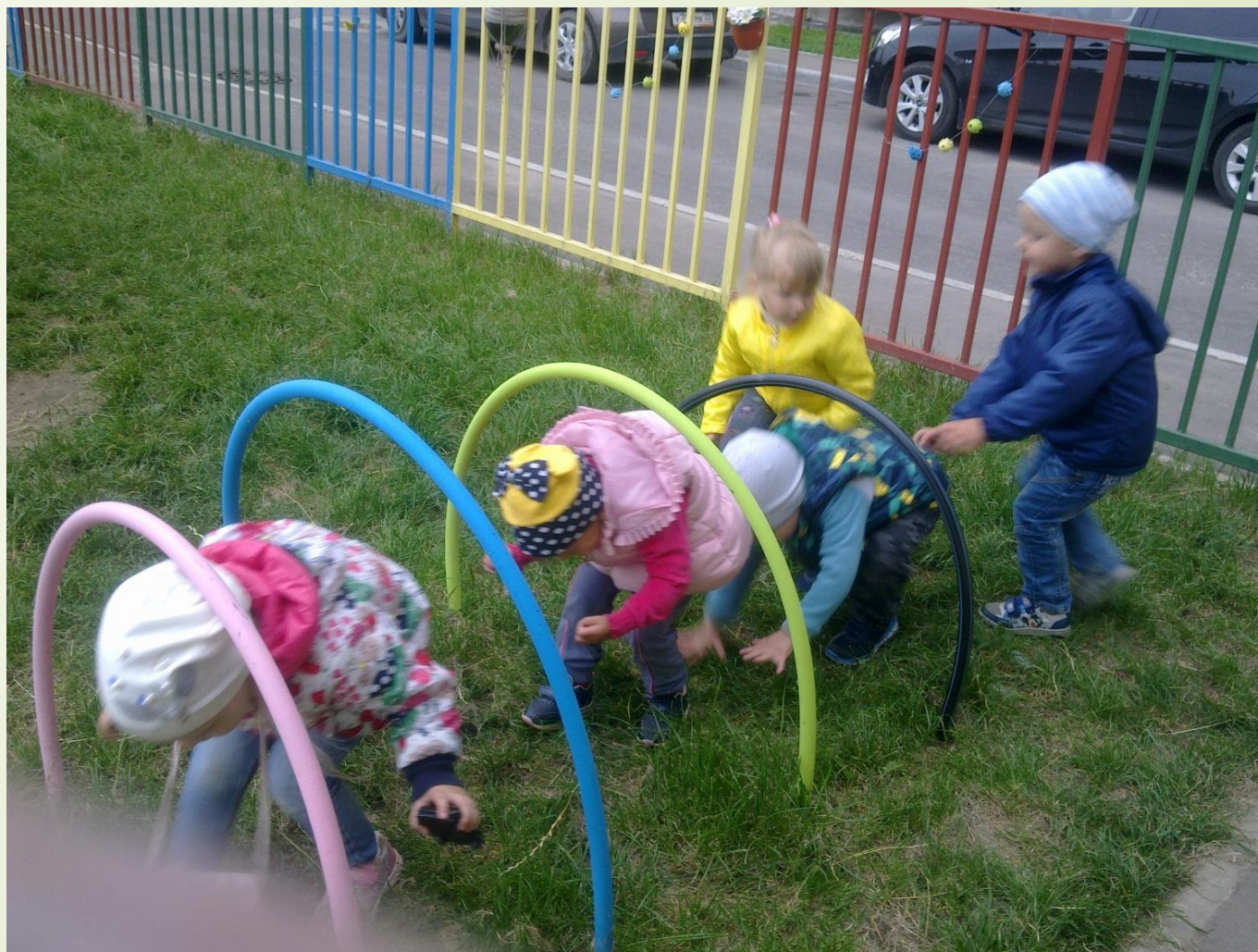
Группы здоровья детей

Учебный год	Группы здоровья			
	I	II	III	IV
2017-2018	12%	52%	36%	0%
2018-2019	12%	56%	32%	0%

Физкультурные занятия

в группе

на прогулке



Динамическая пауза



Проводились во время занятий 3-5 мин. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики.

Подвижные и спортивные игры





Виды гимнастики

- Пальчиковая гимнастика
 - Гимнастика для глаз
 - Утренняя гимнастика
 - Гимнастика после сна
 - Дыхательная гимнастика
- 

Воздушные процедуры, закаливание

Игровая оздоровительная гимнастика



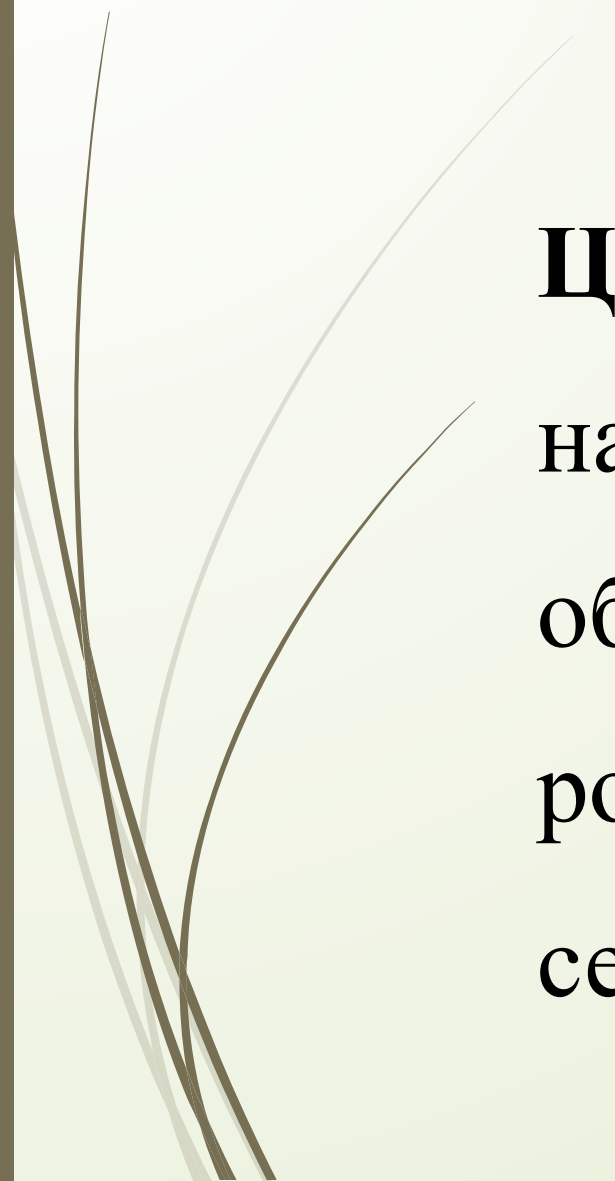


Самомассаж

- 
- Шишки
 - Жёлуди
 - Каштаны
 - Карандаши
 - Деревянные палочки
 - Массажные дорожки



Проект «Здоровый малыш»



Цель: Формирование у детей 3-4 лет начальных представлений о здоровом образе жизни, приобщая детей и родителей вести здоровый образ жизни в семье.

Задачи

- ❑ Развивать умение различать и называть органы чувств;
- ❑ Дать представление о роли органов чувств в организме
- ❑ Формировать потребность о соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;
- ❑ Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- ❑ Дать представление о ЗОЖ, воспитывать интерес к ЗОЖ;
- ❑ Развивать у детей умение выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения;
- ❑ Заинтересовать родителей в укреплении ЗОЖ в семье;
- ❑ Использовать разнообразные формы работы с детьми и родителями по приобщению к ЗОЖ,

Формы работы

- ▣ Наблюдения;
- ▣ Беседы;
- ▣ Ситуативный разговор;
- ▣ Занятия;
- ▣ Чтение художественной и познавательной литературы;
- ▣ Рассматривание фотографий и иллюстраций;
- ▣ Подвижные, спортивные и др. виды игр;
- ▣ Гимнастики;
- ▣ Консультации (родителям);
- ▣ Художественное творчество.

Для формирования навыков ЗОЖ детей проводились **практические и теоретические занятия**

- Физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- Разучивание и обыгрывание песенок, потешек, стишков;
- Различные виды игр.
- Изобразительная деятельность;
- Чтение рассказов и беседы по теме;
- Знакомство с художественной литературой;
- Знакомство с проблемно-игровой ситуацией;
- Рассматривание иллюстративного материала;

Физкультурный праздник и развлечение



Сюжетно-ролевые игры

«На приёме у врача», «Полезный завтрак».



Сюжетно-ролевые игры «Уборка», «Парикмахерская»



Настольно печатные игры



Изобразительная деятельность «Солнышко - наш друг»



Воспитание культурно-гигиенических навыков



Игры и занятия в летний оздоровительный период

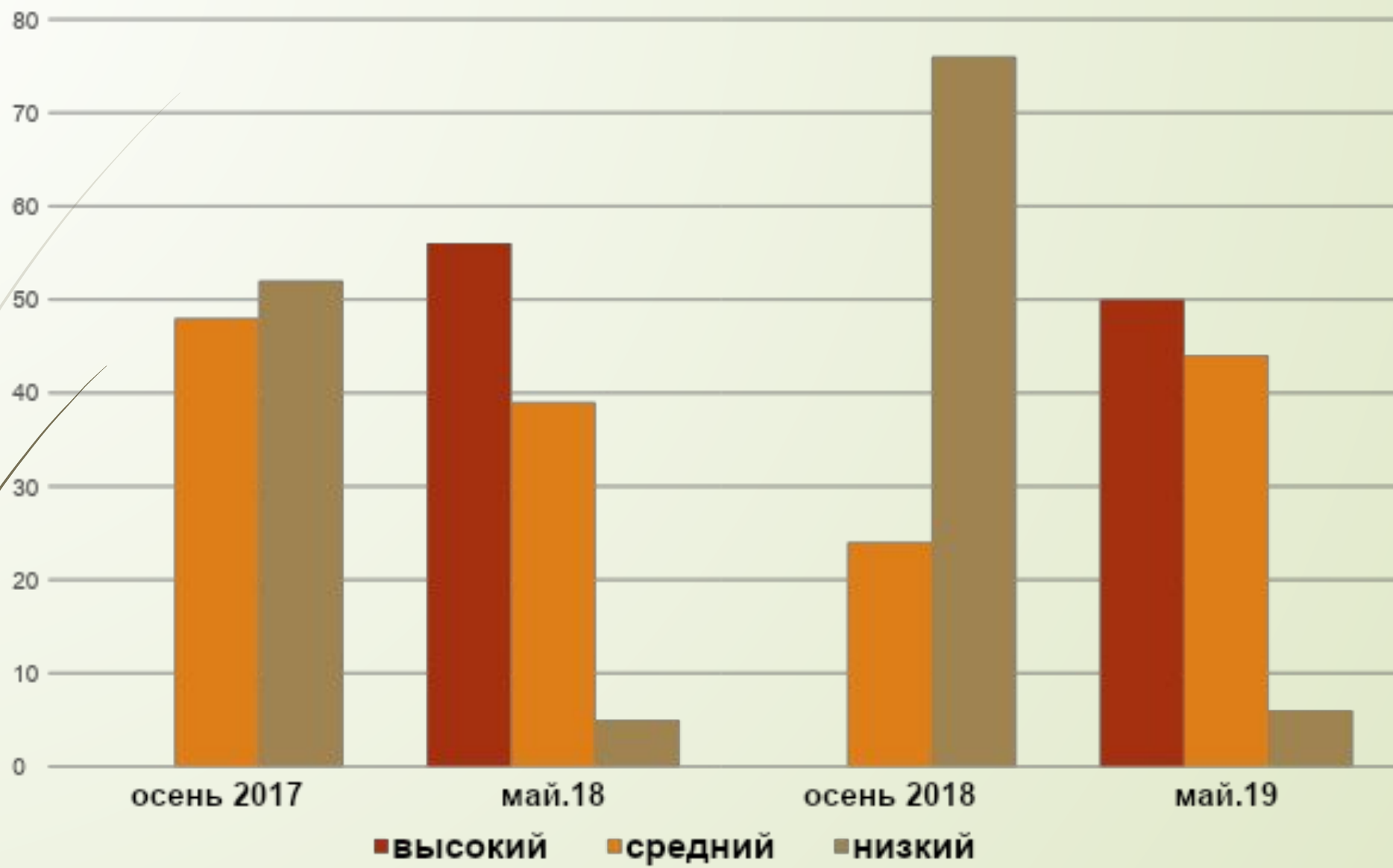


Игры и трудовая деятельность зимой



Мониторинг образовательного процесса по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни.

Критерии	Умеет различать и называть органы чувств; имеет представление о их роли в организме.		Имеет представление о полезной и вредной пище.		Знаком с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.		Умеет соблюдать элементарные правила гигиены		ИТОГ	
Учебн. год	Нач.г	Кон.г	Нач. г.	Кон.г.	Нач. г.	Кон. г.	Нач.г.	Кон.г	Нач.г.	Кон.г.
2017-2018 уч. год	В-0% С- 43% Н- 57%	В-57% С- 40% Н-3%	В-0% С-59% Н-41%	В-54% С-40% Н-6%	В-0% С-42% Н-58%	В-51% С-43% Н-6%	В-0% С-46% Н-54%	В-61% С-33% Н-6%	В-0% С-48% Н-52%	В-56% С-39% Н-5%
2018-2019 Уч. год.	В-0% С-29% Н-71%	В- 43% С-51% Н-6%	В-0% С-15% Н-85%	В-41% С-51% Н-8%	В-0% С-25% Н-75%	В-42% С-52% Н-6%	В-0% С-28% Н-72%	В-42% С-52% Н-6%	В-0% С-24% Н-76%	В-42% С-52% Н-6%





Благодарю за внимание!