

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №36 общеразвивающего вида»



**В здоровом теле,
здоровый дух.**



**Автор: воспитатель МАДОУ №36
Кадрилеева Зульфа Закировна**

**г. Печора
2019 год**

Актуальность

В современном мире такие понятия как «формирование здорового и безопасного образа жизни» прочно входят в жизнь каждого человека, а также в воспитательно-образовательный процесс, начиная с ДООУ. В последние годы создано немало здоровьесберегающих технологий и данным вопросом занимаются М. Д. Маханёва, М. Л. Лазарев и др.

С переходом на ФГОС остается актуальной охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

«Формирование здорового и безопасного образа жизни в условиях ФГОС».

Привитие основ ЗОЖ в детском саду



Каждый твёрдо должен знать:
Здоровье надо сохранять.
Нужно правильно питаться,
Нужно спортом заниматься.
Руки мыть перед едой,
Зубы чистить, закаляться
И всегда дружить с водой.
И тогда все люди в мире
Долго-долго будут жить.
И запомни : ведь здоровье
В магазине не купить!

Цели оздоровительной работы в МАДОУ:

- Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни;**
- Совершенствовать физические способности;**
- Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.**



Здоровый Образ Жизни

- Закаливающие процедуры
- Привитие культурно-гигиенических навыков Профилактика
- Режим дня
- Витаминизация
- СПОРТ



Привитие культурно-гигиенических навыков

Рано утром каждый день

Умываться нам не лень

**Зубы, волосы, ногти и уши Почистим,
помоем мы и посушим**

С мылом, расческой, шампунем и пастой

Будешь ты чистым, пушистым, гривастым.

Утренняя

гимнастика
Утренняя гимнастика проводится в соответствии с режимом дня,
создаёт у детей хорошее настроение и поднимает мышечный
тонус





Здоровый образ жизни – это состояние физического, психического и социального благополучия, которое достигается за счет соблюдения правил здорового образа жизни. Это состояние, при котором человек чувствует себя здоровым, активным и способным к самоактуализации. Здоровый образ жизни – это не просто отсутствие болезней, это состояние, при котором человек чувствует себя здоровым, активным и способным к самоактуализации. Это состояние, при котором человек чувствует себя здоровым, активным и способным к самоактуализации.

Физическое развитие.



Это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей.



Почему надо соблюдать режим дня?



Для чего нужна зарядка? Это вовсе не загадка – чтобы
силу развивать и весь день не уставать!

«Здоровье

– это драгоценность, и притом единственная, ради которой стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной. »Мишель де Монтень







ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Формировать представления:

- что быть здоровым – хорошо, а болеть – плохо;
- о некоторых признаках здоровья;
- воспитывать навыки здорового поведения;
- любить двигаться;
- есть побольше овощей, фруктов;
- мыть руки после каждого загрязнения;
- быть доброжелательным;
- больше бывать на свежем воздухе;
- соблюдать режим дня;
- обогащать знания детей о физкультурном движении в целом;
- развивать художественный интерес;
- помочь овладеть устойчивыми навыками поведения;
- развивать умение рассказывать о своем здоровье, здоровье близких;
- вырабатывать навыки правильной осанки.

Совместная деятельность детей и взрослых



Постройка снежной горки



Участие детей и их родителей квест -игре

Посадка деревьев
на участке детского сада



Спортивные
соревнования с папами

Исследовательская деятельность

Модель

Здоровьесберегающей среды.

Утренняя гимнастика

Музыкальные занятия

Физическая культура

Прогулки

Спортивные мероприятия

Подвижныеигры

Физкультминутки

Игровая деятельность

Сюжетно – ролевые игры



Физические упражнения с



Подвижные игры



П/И «Ловись рыбка»



П/и «Медведь»

Прогулки



Наиболее эффективный вид отдыха. Способствует повышению сопротивляемости организма и закаливает его.



Прогул



Утренняя гимнастика на улице



Строим крепость



Осенняя красота.
Собираем листья для гербария

День здоровья в ДОУ



Бассейн



Разминка



Упражнения на воде



Награждение победителей
в соревнованиях по плаванию

Взаимодействие с родителями



Постройка снежной горки



Участие детей и их родителей квест -игре

Посадка деревьев
на участке детского сада



Спортивные
соревнования с папами

Спасибо за



**Вот такие мы ребята группы №1 МАДОУ №36
Мы здоровью скажем Да!**