

**Структурное подразделение «Детский сад «Ладушки»
государственного бюджетного образовательного
учреждения гимназии № 1 г. Новокуйбышевска
городского округа Новокуйбышевск Самарской области**



**«РАБОТА ПО ВОСПИТАНИЮ
СОЗНАТЕЛЬНОЙ УСТАНОВКИ НА ЗОЖ
В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД»**

**ЯНКОВСКАЯ ИРИНА ИВАНОВНА,
СТАРШИЙ ВОСПИТАТЕЛЬ**

Цели:



- **Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.**
- **Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.**
- **Формировать у детей потребность в ЗОЖ.**
- **Учить активному отдыху.**



Задача:

- **Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движения, сон, солнце и т. д.) и факторах, разрушающих здоровье.**



Этапы развития по воспитанию сознательной установки на ЗОЖ



1. Оздоровительный:

- обеспечить всестороннее и гармоничное развитие физических качеств детей;
- содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки;
- закалывать детей, используя естественные факторы природы (солнце воздух вода);

2. Образовательный:

- совершенствовать жизненно необходимые двигательные навыки (ходьба, бег, лазание, метание), развивать скоростные качества, координацию, выносливость;
- формировать элементарные знания по гигиене, анатомии и физиологии человека, валеологии и т.д.;

3. Воспитательный:

- воспитывать привычку соблюдать режим дня, выполнять требования личной гигиены, желание заниматься физ. упражнениями

4. Работа с родителями:

- индивидуальные беседы;**
- консультации;**
- родительские собрания;**
- наглядная агитация.**



Кружковая работа в летний оздоровительный период

ИЮНЬ.

	Занятия	Беседы	Литература	Физкультурное мероприятие
I - неделя	«Движение для здоровья». Цель: формировать представление о связи двигательной активности и здоровья. Дать знания о строении двигательной системы.	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке», «Из истории олимпийских игр». Цель: Воспитывать желание заниматься физкультурой, уточнить знания о видах спорта.	В.Драгуновский «Бег некрасен, а здоров», «Без осанки конь – коров», «Силушка по жилушкам огнем бежит» Цель: Воспитательно осознанное отношение к занятиям физкультурной истории. Стихотворение «Силач» Сапгир	Зарядка на свежем воздухе; самостоятельная деятельность с нестандартным физкультурным оборудованием; психофизический тренинг по развитию навыков физического самочувствия.
II – неделя	«Хилый в шубу, здоровый на мороз». Цель: дать знания о значении закаливания для укрепления здоровья.	«Почему человек болеет?» Цель: уточнить знания детей о причинах простудных заболеваний.	«Смолоду закалишься – на весь век сгодишься», «Хилый в шубу – здоровый на мороз», С.Михалков «Мимоза», А.Аким «Первый снег». Цель: дать знание о влиянии отрицательных природных факторов на здоровье человека и значение закаливания в профилактике простудных заболеваний.	Развлечение: «Спортландия – страна здоровья» - соревнование с параллельной группой (прыжки, метание, лазание).



III – неделя	«Дышите на здоровье» Цель: дать знания о строении органов дыхания, значение чистого воздуха для здоровья человека.	«Откуда в воздухе кислород?» Цель: обогатить знания детей о свойствах и качестве воздуха. Опыт: «Много ли воздуха в легких?» Цель: показать необходимость упражнений увеличивающих объем легких	«Здоровью цены нет» Н.Селянова. «Как стать неболейкой» Цель: дать знания о пользе прогулок на свежем воздухе»	Спортивный праздник «эстафета)
IV – неделя	«Мельница сильна водой, а человек едой» Цель: «Воспитывать потребность к ЗОЖ, через осознанный подход к своему питанию. Учить противостоять рекламе.	«История котлеты», «Все о суннах», «Каша – радость наша», «Макароны – гости из Италии» Цель: заложить информационную основу здорового питания, познакомить с историей происхождения продуктов питания.	«На весь век не наешься», «На голодный желудок и песня не поется», «Хочешь не хочешь, а есть надо», К.И.Чуковский «Айболит» Цель: дать знания о причинах заболевания желудочно-кишечного тракта.	

ИЮЛЬ.

	Занятия	Беседы	Литература	Физкультурное мероприятие
I - неделя	«Кто сколько жует – тот столько живет» Цель: учить заботиться о здоровье зубов. На примере сказочных героев показывать необходимость чистки зубов. Дать знания о пользе молочных продуктов, овощей и фруктов. Дать представление о том, что вредно и опасно есть много сладкого.	«Сколько лет молоку»; «Морковкина копилка»; «40 одежек и все без застежек»; «Салат – любимая пища желудка»; «Винегрет – французский гость». Цель: познакомить с историей происхождения продуктов питания. Опыт: «Молочная пища для здоровья». Цель: показать роль молока в укреплении костной системы и здоровых зубов.	С.Михалков «Овощи»	
II - неделя	«Водичка, водичка умой моё личико» Цель: научить ухаживать за своим телом. Дать знания о воде – как средстве закаливания. Д/игра «Водяной лабиринт» Цель: Учить правильно использовать воду в быту.	«Микробам – бой» Цель: дать знания о роли личной гигиены в профилактике заболеваний.	«Крепится человек, крепче камня – ослабнет, слабее воды» Н.Найденова «Наши полотенца» К.И.Чуковский «Мойдодыр»	



III - неделя	<i>«Новые жильцы необыкновенной страны»; «Наши чуткие защитники»</i> <i>Цель: закрепить знания детей о назначении нервных клеток, способствовать рефлексивному поведению; воспитывать желание быть здоровым.</i>			
IV - неделя	<i>«К здоровью без лекарств»</i> <i>Цель: дать знания о способах лечения народными средствами.</i> <i>«Прилетела в гости бабушка пчела»</i> <i>Цель: дать знания о целебных свойствах мёда.</i> <i>Д/игра «Зеленая аптека»</i> <i>Цель: обогатить знания о лекарственных растениях,</i>	<i>«Шиповник укрепляет наше здоровье»</i> <i>Цель: дать знания о необходимости витамина «С» для укрепления защитных сил организма.</i>	<i>«Аук да баня, всё правят»</i> <i>Н. Приливин «Золотой луг»</i> <i>Е. Чарушин «Белка»</i>	



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**