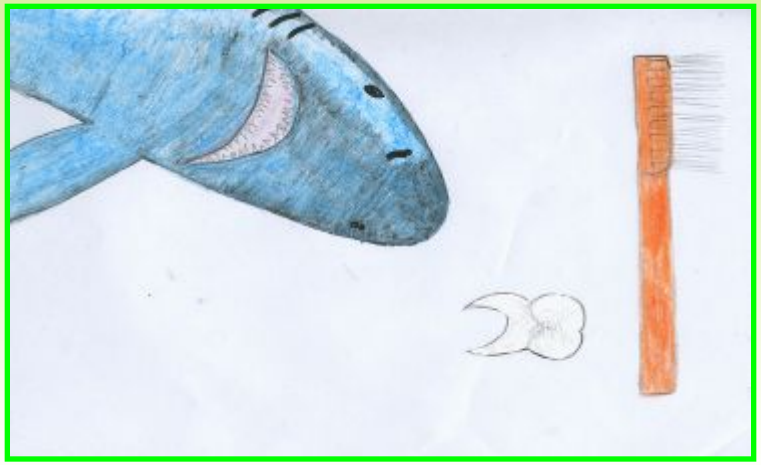
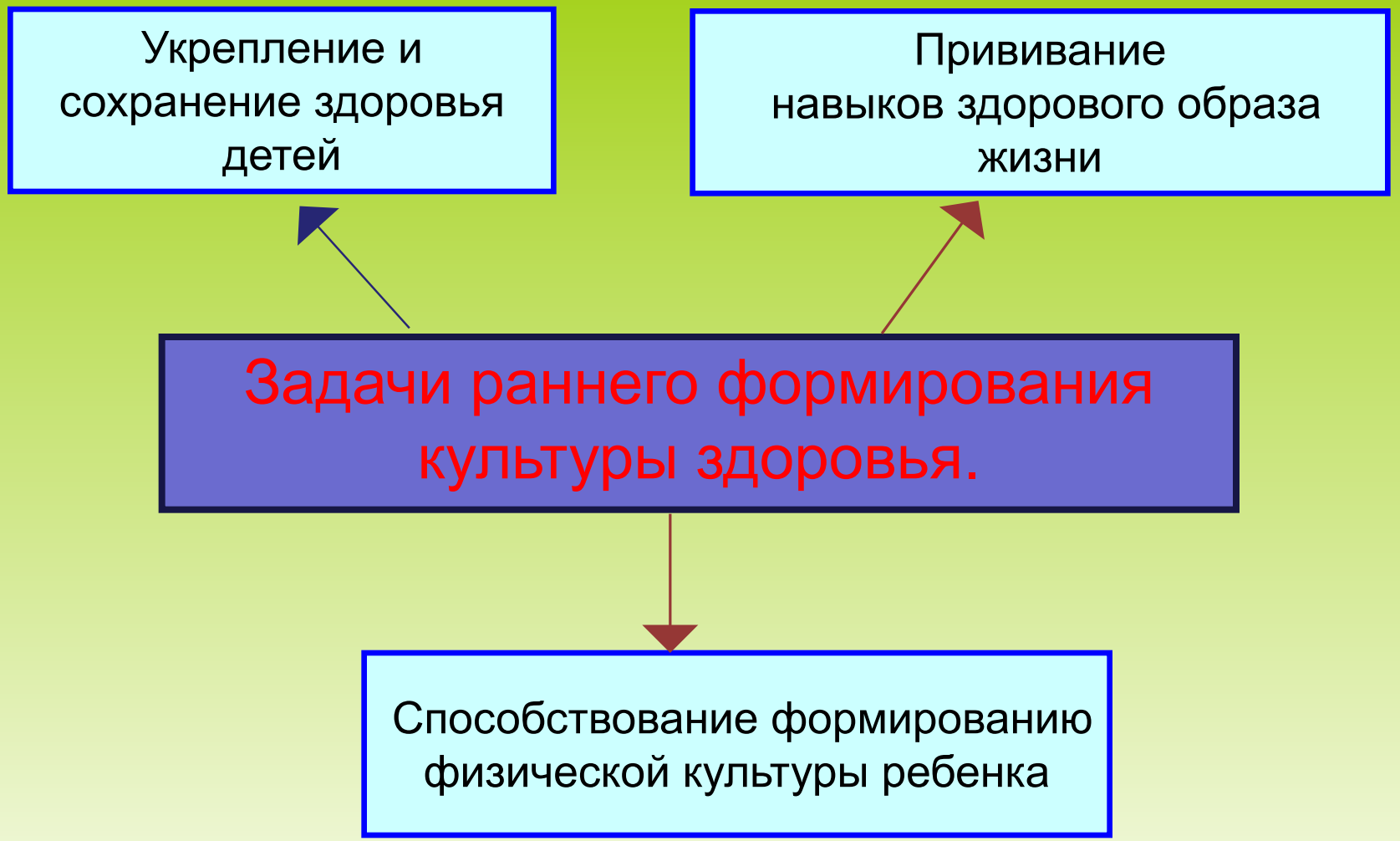
Муниципальное казенное дошкольное общеобразовательное учреждение – детский сад общеразвивающего вида «Солнышко» с. Боровиха

Формирование здорового образа жизни дошкольников.

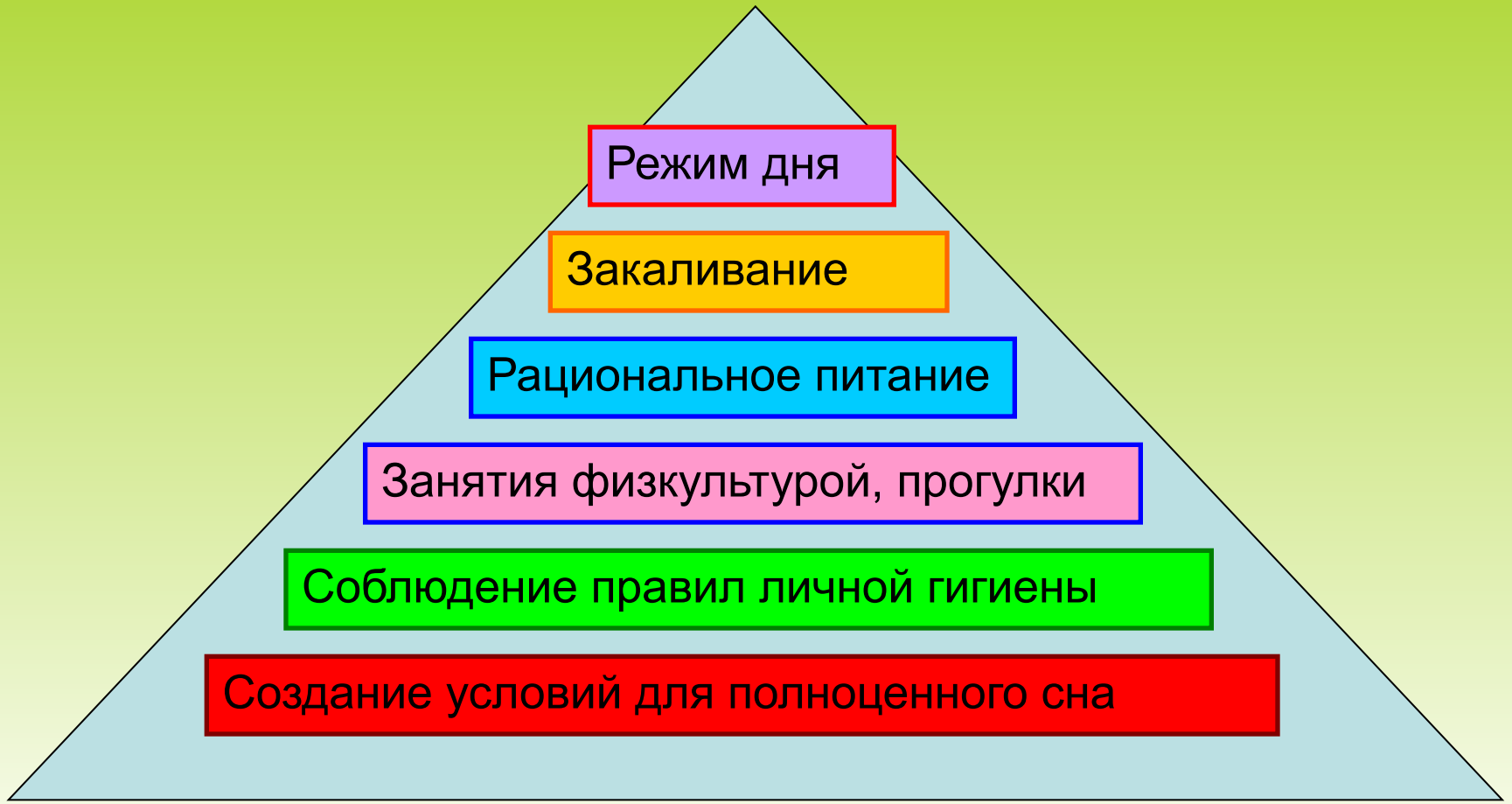
Информация о проделанной работе в рамках Европейской недели иммунизации

Выставка рисунков «Что такое здоровье?»




Укрепление и сохранение здоровья детей
Прививание навыков здорового образа жизни
Задачи раннего формирования культуры здоровья.
Способствование формированию физической культуры ребенка

ПИРАМИДА СОЗДАНИЯ РЕЗЕРВОВ ЗДОРОВЬЯ



ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

- формировать представления о том, 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

- помочь овладеть устойчивыми навыками поведения;
- развивать умение рассказывать о своем здоровье, здоровье близких;
- вырабатывать навыки правильной осанки

- обогащать знания детей о физкультурном движении в целом;
- развивать художественный интерес

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:

- создание системы двигательной активности в течение дня:
- утренняя гимнастика (ежедневно);
- физкультурные занятия (3 раза в неделю);
- музыкально – ритмические занятия (2 +2 раза в неделю);
- прогулки с включением подвижных игр;
- оздоровительный бег (ежедневно);
- пальчиковая гимнастика (ежедневно во время режимных моментов)
- зрительная, дыхательная, корригирующая гимнастика на соответствующих занятиях)
- оздоровительная гимнастика после дневного сна (ежедневно);
- физкультминутки и паузы (на малоподвижных занятиях, ежедневно);
- эмоциональные разрядки, релаксация;
- ходьба по массажным коврикам, песку, гальке (босохождение);
- спортивные досуги, развлечения, праздники (1 раз месяц)

Физкультурное занятие

Прогулка – залог здоровья!

Бодрящая гимнастика.

Развлечение в средней группе «Путешествие на остров здоровья».

Развлечение в старшей группе «Сильный, ловкий, смелый»

Развлечение в старшей группе «Сильный, ловкий, смелый»

СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА, ПЕДАГОГА СОЦИАЛЬНОГО ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ РАБОТЫ

- СОДЕЙСТВИЕ РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА
- СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ
- РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ПОЗНАНИЮ СЕБЯ И ДРУГИХ
- РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ
- ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ СОЦИАЛЬНОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
- ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК
- ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК
- ПОВЫШЕНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ
- ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К ЗОЖ
- ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ

- ИГРЫ, ЗАНЯТИЯ ПО ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ
- МИНУТКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАЗГРУЗКИ
- ИГРЫ, ЗАНЯТИЯ ПО СОЦИАЛЬНОМУ И НРАВСТВЕННОМУ РАЗВИТИЮ
- ИГРЫ И ЗАНЯТИЯ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ
- МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ППД
- ПРОБЛЕМНЫЕ СИТУАЦИИ
- ИГРЫ-ДРАМАТИЗАЦИИ
- РЕЛАКСАЦИЯ
- ЭЛЕМЕНТЫ ПСИХОГИМНАСТИКИ
- ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ НА ОБУЧЕНИЕ ПРОСТЕЙШИМ СПОСОБАМ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Главное управление образования и молодежной политики Алтайского края совместно с Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Алтайскому краю и Главным управлением Алтайского края по здравоохранения и фармацевтической деятельности с 21 по 26 апреля проводили Европейскую неделю иммунизации. В рамках данного мероприятия на базе нашего ДОУ были проведены следующие мероприятия.

Здоровье - это шахматная партия, где соперниками выступают факторы, ухудшающие наше здоровье и методы его защиты. Самый главный отрицательный фактор ухудшения здоровья- это ослабленный иммунитет. Что мы можем ему противопоставить? Валеология учит применять закаливание и самомассаж. В своей группе «Радуга» Вагапова Т.Н. оформила центр «Массажорик», где из подручного и бросового материала сделаны массажоры. Это прищепки, массажки, деревянные расчески, суджоки, деревянные и пласмассовые палочки различной толщины, крупные бусинки, грецкие орехи и некоторые другие неприхотливые массажоры, которые дети используют с удовольствием. При этом малыши не только поднимают себе настроение, но и получают оздоровительный и профилактический эффект, кроме того- развивают речь.

Следующая немало важная проблема- это малоподвижный образ жизни. Бороться с ней нам помогает гимнастика и физические упражнения. В каждой группе нашего ДОУ педагоги организовали центры физкультуры. Здесь сосредоточены различные атрибуты, необходимые для утренней гимнастики, гимнастики после сна, подвижных игр, физических упражнений. В рамках данного проекта мы провели конкурс- смотр физкультурных уголков и выявили педагогов- победителей. Первое место заняли воспитатели старшей группы «Знайки» Брютова Е.Е. и Киселева Е.В., второе место заняли воспитатели второй младшей группы «Колокольчики» Жигулина А. А. и Семенова И.В., третье место заняли воспитатели средней группы «Умейки» Терпугова Н.В. и Аскарова А.Б.

Никуда в современном мире не деться от стрессов. Защитит от них психогимнастика. Наши педагоги в своих группах составили великолепные картотеки психогимнастик и релаксационных игр в стихотворном и музыкальном оформлении. Дети с большим удовольствием играют в них, даже и не подозревая, что оздаравливаются.

Вредные привычки вырабатываются у детей уже в самом раннем возрасте. Валеологическое просвещение помогает их искоренить. На семинаре-практикуме «Создание условий в ДОУ для оздоровления детей» для педагогов были проведены такие консультации:

«Актуальность оздоровительной работы в ДОУ»- Суворова О.В.

«Оздоровительные технологии»- Аскарова А.Б.

«Режим дня- основа здоровьесбережения»- Брезгина О.В.

«Массаж и самомассаж»- Жигулина А.А.

«Организация прогулки»- Семенова И.В.

Агейкина С.В. представила презентацию Как мы применяем здоровьесберегающие технологии в своей работе», Терпугова Н.В. представила презентацию «Пальчиковая гимнастика».

Просветительская работа была проведена и среди родителей. Педагоги всех групп предоставили следующие консультации для родителей.

- «Болезни грязных рук» - Брезгина О.В.
- «Расписание здоровья»- Семенова И.В.
- «Фрукты и овощи- основа здорового питания»- Жигулина А.А.
- «Меню особого назначения»- Куценко Л.П., Агейкина С.В.
- «Какую воду должен пить ребенок» - Фоменко Е.Ю.
- «Враги наслаждения» - Вагапова Т.Н.
- «Организация правильного питания»- Брютова Е.Е., Киселева Е.В.
- «Двигательная активность детей-залог здоровья»-Терпугова Н.В., Аскарова А.Б.

Также в рамках Европейской недели иммунизации в нашем ДОУ был проведен день здоровья. С самого утра и на протяжении всего дня дети беседовали о здоровье, занимались различными видами гимнастик, на прогулке участвовали в играх и эстафетах, а в конце дня музыкальный руководитель Протасова Л.Н. совместно с воспитателями провели развлечение для детей средних групп «Путешествие на остров здоровья» и для детей старших групп «Сильный, ловкий, смелый».