

Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
«Детский сад №24» «Березка»

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА  
ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА В ДОУ И СЕМЬЕ.

*Старший воспитатель:  
Белоусова Марина Николаевна*



Федеральный  
Государственный  
Образовательный

СТАНДАРТ

- Дошкольное детство - очень короткий период в жизни человека. Формирование привычки к здоровому образу жизни - одна из ключевых целей в системе дошкольного образования. И это вполне объяснимо: только здоровый ребенок может развиваться гармонично.



В семье формируются основные понятия ребенка о здоровом образе жизни.

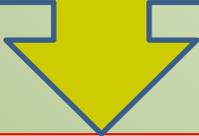
Семья для ребёнка - источник общественного опыта. Здесь он находит пример для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему 'всем миром': детский сад, семья, общественность.



# ЗАДАЧИ ДОУ И СЕМЬИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

- Воспитание у ребенка потребности к здоровому образу жизни
- Создание соответствующей предметно-пространственной среды, стимулирующей двигательную активность детей
- Организация консультационной помощи родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей
- Работа по укреплению здоровья, развитию разнообразных двигательных и физических качеств

# Основные направления и формы работы детского сада и семьи.



Коллективные

Индивидуальные,  
наглядно-информационные.

В работе используются такие формы организации совместной деятельности:

Круглый стол;

Вечера вопросов и ответов.

Участие родителей в проведении конкурсов, праздников, досугов,

Конкурсы газет «Здоровье ваших детей в ваших руках»,

Наши родители принимают активное участие в оформлении уголков «Физическая культура».

# Вечер вопросов и ответов



# Участие родителей в проведении конкурсов, праздников, досугов,



# Конкурсы газет «Здоровье ваших детей в ваших руках»



# Совместное оформление уголков «Физическая культура».



# Программа ДООУ «Будущие надежды»

## Цель:

- Создание единой системы взаимодействия педагогов и родителей в области приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

## Задачи:

- Проанализировать проблему формирования представлений о здоровом образе жизни в ДООУ и в семье. На основе анализа определить сущность представлений о здоровом образе жизни.
- Формировать основы здоровьесберегающей компетентности у детей в соответствии с требованиями ФГОС.;
- Введение новых форм работы с семьёй с целью повышения уровня мотивации детей и родителей на здоровый образ жизни;
- Разработать диагностическую методику для определения уровня сформированности у детей старшего дошкольного возраста представлений о здоровом образе жизни.



# Предполагаемые результаты.

## Дети:

- Наблюдение снижения уровня заболеваемости;
- становление и проявление здоровьесберегающей компетентности;
- Повышение уровня адаптации к окружающему миру (в т.ч. к обучению в школе).

## Педагоги:

- Повышение качества работы по физкультурно-оздоровительному направлению;
- Обеспечение взаимодействия всех сотрудников ДОУ по данной проблеме;
- Повышение уровня профессиональной и правовой компетентности по формированию здорового образа жизни;
- Использование новых форм и методов взаимодействия с детьми и семьями воспитанников.

## Родители:

- Проявление интереса к вопросу своего физического развития и оздоровления детей;
- Активное участие в реализации программы по физическому развитию и оздоровлению детей;
- Повышение уровня правовой и педагогической культуры здорового уровня жизни (освоение положительного опыта семейного воспитания);
- Проявление активной воспитательной позиции по вопросам оздоровления детей (принятие помощи педагогов и специалистов ДОУ).



# Разнообразные виды гимнастик развивают физические качества ребенка, приносят пользу для здоровья.

После того, как дети проснулись, проводится гимнастика пробуждения. Это специально сконструированный комплекс упражнений, позволяющий постепенно разогреть мышцы и поднять настроение.





Самомассаж необходим для повышения сопротивляемости организма, для улучшения обменных процессов, лимфо- и кровообращения.



# Формирование культурно-гигиенических навыков.



Для формирования культурно-гигиенических навыков во всех возрастных группах воспитатели применяют показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используют особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения. Содержание культурно-гигиенических навыков осваивается детьми прежде всего в самостоятельной деятельности, в процессе обучения, в дидактических играх и игровых ситуациях.

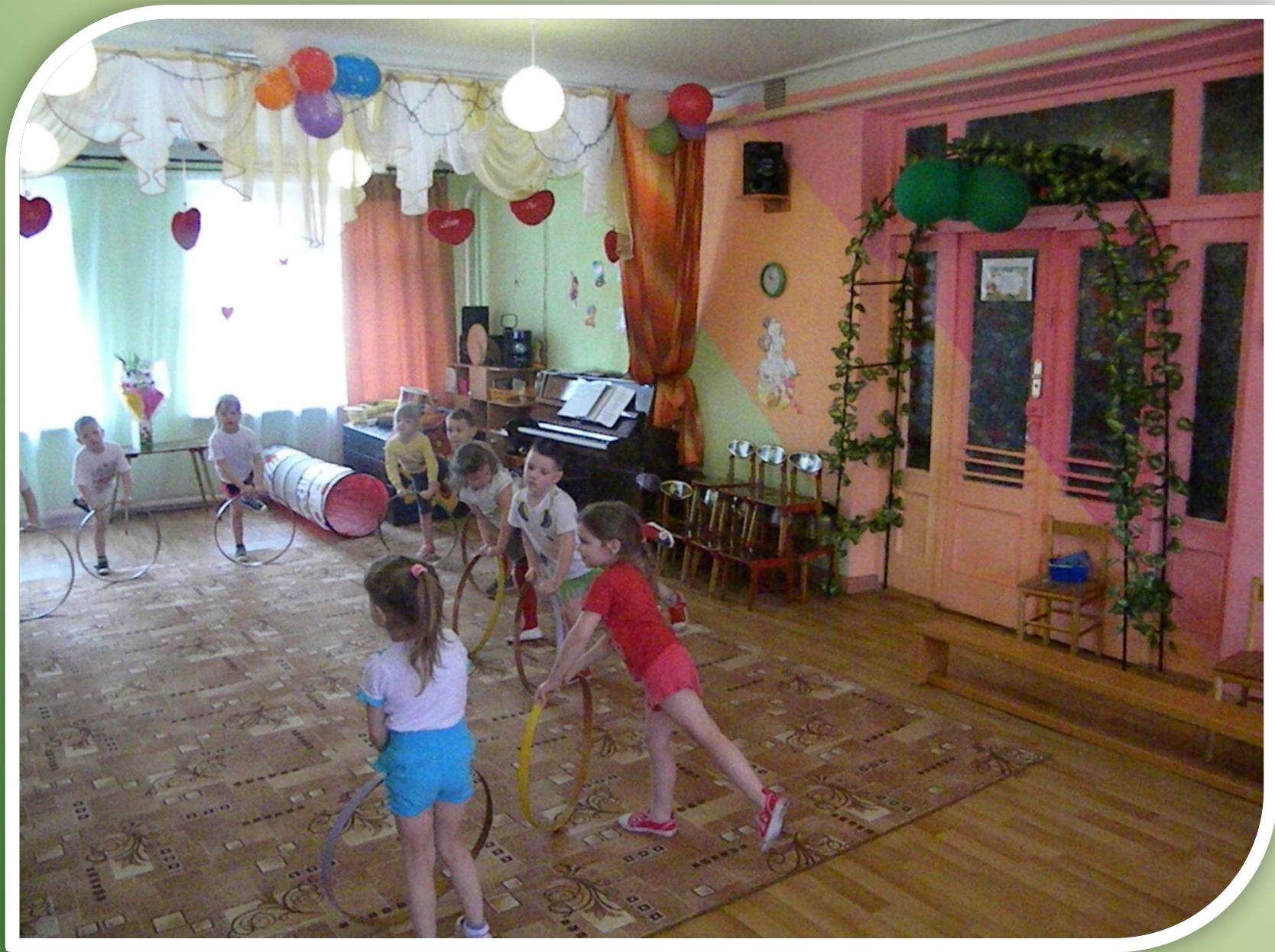


Использование приемов здоровьесберегающих технологий во время совместной деятельности (дыхательная гимнастика, приемы массажа, физкультминутки, приемы релаксации, тренировки)



# Творческий подход к проведению физкультурной деятельности.





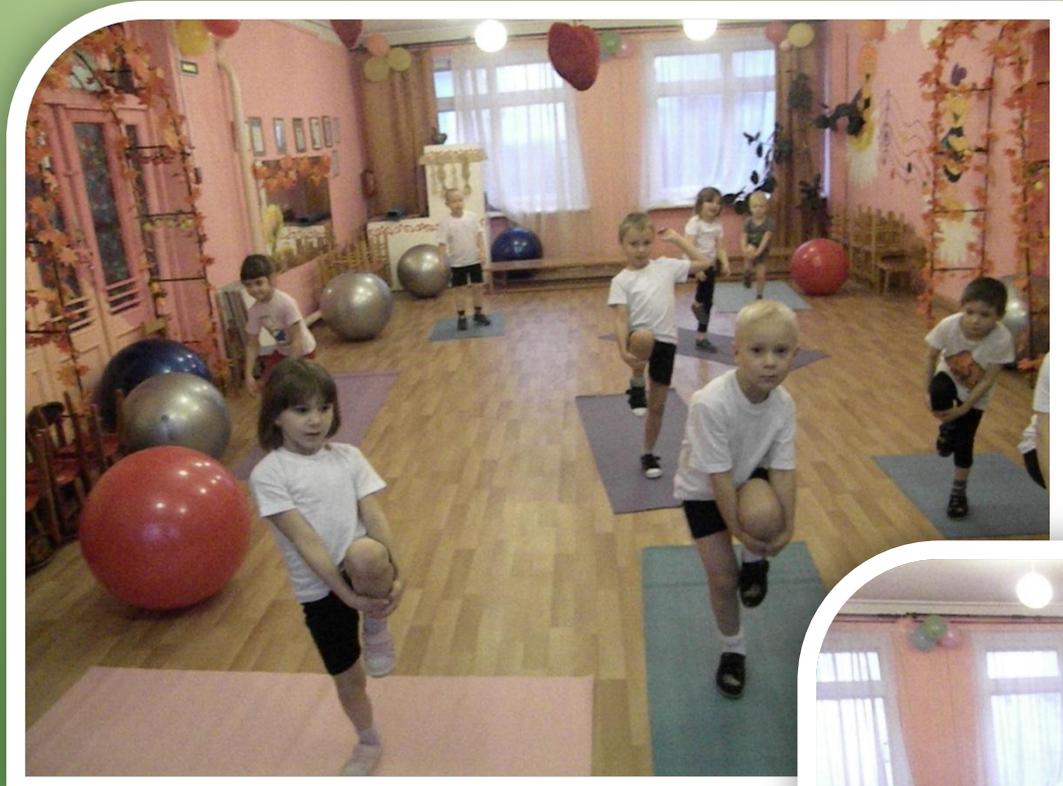
Аэробика - одна из эффективных форм  
повышения двигательной активности детей.



Упражнения на фитболе для детей способствуют развитию многих мышц, а также формированию гибкости и выносливости.







# Организация прогулок.









Организация рационального питания в детском саду и дома закладывает основу здоровья человека на всю его

ЖИЗНЬ.



# Заключение

Предлагаемая нами модель взаимодействия образовательного учреждения и семьи по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников представляет собой планомерное, последовательное и целенаправленное взаимодействие, включающее три взаимосвязанных и взаимодополняющих блока: взаимодействие с педагогами, с родителями и с детьми в данном направлении.

Спасибо за  
внимание!

