

«Здоровые дети – счастливая

семья»

*Физкультурно -
оздоровительная работа в
средней группе МБДОУ
д/с №50 «Теремок»*



*воспитатели :
Клишина Г.Н. , Фадина С.В.*

Цели и задачи работы:

- Сформировать у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.***
- Выработать у детей осознание значимости здорового образа жизни и умение выбирать соответствующие средства для его достижения.***

Гармоничность сочетания разнообразных форм, цветовой гаммы пособий в оформлении физкультурно-игровой среды , вызывает у дошкольников положительные эмоции и формирует привычку к регулярным занятиям физической культурой.

Компоненты здорового образа жизни:

Достаточная двигательная активность

ходьба, физический труд, физкультминутки



Компоненты здорового образа жизни:

Закаливание

способствует повышению сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям окружающей среды и заболеваниям.



Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой!

Компоненты здорового образа жизни:

Рациональное питание

сбалансированное по набору жизненно необходимых веществ: белки, жиры, углеводы.



Кушать овощи и фрукты
Рыбу, молокопродукты -
Вот полезная еда,
Витаминами полна!



Компоненты здорового образа жизни:

Соблюдения режима дня с учетом возраста и динамики индивидуальных биологических ритмов, гигиена умственного труда.



*И без всякого сомнения,
Есть хорошее решение –
Бег полезен и игра,
Занимайся детвора!*

Компоненты здорового образа жизни:

Личная гигиена



Компоненты здорового образа жизни:

Грамотное экологическое поведение

знать, что делать при заражении



Компоненты здорового образа жизни:

Психогигиена

направленная на формирование умений управлять своими эмоциями и профилактику невротических состояний



Компоненты здорового образа жизни:

Сексуальное воспитание



Компоненты здорового образа жизни:

Отказ от вредных привычек



Компоненты здорового образа жизни:

Безопасное поведение дома, на улице, обеспечивающее предупреждение травм и отравлений



Компоненты здорового образа жизни:

Формы работы с родителями

1

- Рекомендации для родителей в группе, освещающие вопросы оздоровления без лекарств

2

- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения и закаливания детей

3

- Информационные стенды

4

- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ



**ЛЮБИТЕ! И ЦЕНИТЕ ЗДОРОВЬЕ!
ОНО ФОРМИРУЕТСЯ В СЕМЬЕ.
ЧТО МОЖЕТ БЫТЬ ЕГО ДОРОЖЕ
НА ЭТОЙ СКАЗОЧНОЙ ЗЕМЛЕ!**

