

Здоровый образ жизни в ДОО



Презентацию подготовила
инструктор по ФИЗО:
М.В. Беляцкая

РАБОТА С ДЕТЬМИ

Цель: обеспечение сохранения и укрепления здоровья воспитанников формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Создание здоровьесберегающей среды в ДОО;
- Оптимизация двигательной активности детей;
- Формирование эмоционального благополучия ребенка;
- Обеспечение высокого уровня физической подготовленности детей;
- Коррекция речевого и нервно-психического развития воспитанников;
- Формирование представлений о здоровом образе жизни и культуре здоровья.



Модель формирования культуры здоровья в ДОУ



Организация правильного питания

- Питание по 10-ти дневному меню;
- Организация второго завтрака (сок);
- Введение овощей и фруктов в обед и полдник;
- Замена продуктов для детей аллергиков;
- Строгое соблюдение питьевого режима.

Оптимизация режима

- Учет индивидуальности и возрастных особенностей детей;
- Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима;
- Определение оптимальной индивидуальной образовательной нагрузки на ребенка;
- Обеспечение щадящего режима дня для детей (по показаниям врача);
- Распределение двигательной нагрузки в течение дня.



Организация двигательной деятельности

- Утренняя гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;
- Прием детей на улице (в летнее время);
- Физкультурные занятия;
- Физкультура на улице;
- Бодрящая гимнастика после сна, постепенное пробуждение;
- Физкультминутки;
- Подвижные игры;
- Спортивные досуги;
- Дни здоровья;
- Индивидуальная работа с детьми.



Охрана психического

здоровья

- Игра!!!
- Уважительный стиль общения
- Положительный эмоциональный фон в группе и коллективе сотрудников
- Оптимизация моторной плотности занятий
- Чередование и интеграция видов детской деятельности
- Использование приемов релаксации (минута тишины, музыкальные паузы)
- Физкультминутки, динамические паузы



Система закаливания

- Облегченная форма одежды
- Воздушные ванны
- Игры с водой
- Умывание рук и лица прохладной водой
- Полоскание рта водой комнатной температуры
- Упражнения для профилактики нарушения осанки
- Упражнения для профилактики плоскостопия.



Условия реализации в детском саду

Создание комфортной среды в ДОУ:

- Спортивный зал,
- Спортивная площадка на участке,
- Медицинский кабинет с изолятором,
- Кабинет учителя-логопеда,
- Кабинет педагога -психолога

Создание комфортной пространственной среды:

- Подбор мебели по росту, правильная рабочая поза,
- Центры и уголки двигательной активности в группах

Кадровые условия реализации модели:

- Медицинский работник,
- Инструктор по ФИЗО,
- Учитель-логопед,
- Педагог-психолог,
- Музыкальный работник



РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ

- Дети активны, накапливается резерв здоровья;
- В результатах мониторинга сформированности ценностей здорового образа жизни у воспитанников наблюдается положительная динамика;
- В формировании ценности здорового образа жизни и как результат, происходит воспитание целеустремленной личности, компетентной в области собственного здоровьесбережения.

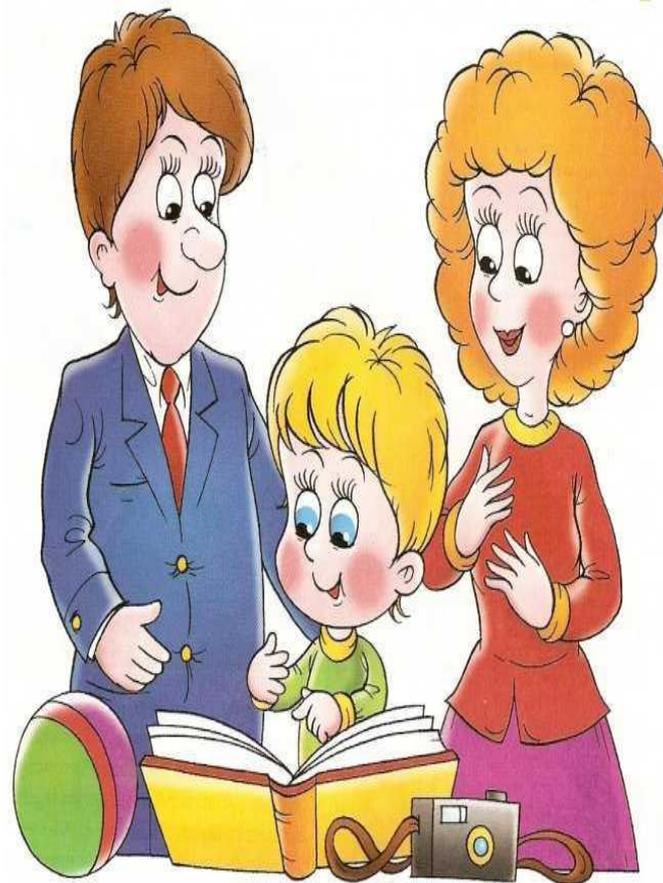


ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Цель: сотрудничество с родителями по формированию у детей ценности здорового образа жизни

Задачи:

- Привлечение родителей к проблеме оздоровления детей;
- Вовлечение родителей в планирование здоровьесберегающих и оздоровительных мероприятий;
- Пропаганда активного семейного отдыха



ФОРМЫ СОТРУДНИЧЕСТВА С РОДИТЕЛЯМИ

Традиционные

- Родительские собрания
- Открытые занятия
- «Дни открытых дверей»
- Консультации специалистов
- Наглядная информация: папки-передвижки, брошюры, сайт и пр.
- Анкетирование и др.

Нетрадиционные (интерактивные)

- Совместные детско-родительские народные и календарные праздники, досуги в том числе, фольклорные, включающие в себя народные игры и развлечения
- Спортивные праздники « Папа, мама, я спортивная семья»
- Дни здоровья
- Мастер-классы

РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ

Цель: формирование у педагогов умения заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности.

Задачи:

- Каникулярный период для педагогов и детей 2 раза в год
- Создание благоприятной психологической обстановки в коллективе
- Обучение педагогов технике эффективного взаимодействия с родителями.

