

**ЗДОРОВЬИЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ
ДОШКОЛЬНИКОВ**



**Воспитатель младшей группы
МДОУ "Детский сад № 45"
Зотова О.В.
2016-2017уч.год**



**" Единственная
красота, которую я
знаю, это здоровье"
Генрих Гейне**



ma Znika



Актуальность

Проблемы сохранения здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Современная жизнь ставит перед педагогами много новых задач, среди которых на сегодняшний день является сохранения здоровья подрастающему поколению. Только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Которые должны быть реализованы в дошкольном образовательном учреждении в соответствии ФГОС по физическому развитию.



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



УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К ЗОЖ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

СОЗДАНИЕ ВОКРУГ РЕБЕНКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
СРЕДЫ, НАПОЛНЕННОЙ ТЕРМИНАМИ, СИМВОЛАМИ,
АТТРИБУТАМИ, ТРАДИЦИЯМИ ЗОЖ

НАЛИЧИЕ В БЛИЖАЙШЕМ ОКРУЖЕНИИ ДО-
ШКОЛЬНИКА ЛЮДЕЙ, ВЕДУЩИХ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ

СОЗДАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ФОНА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ,
НАВЫКОВ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОЙ ПОЗИЦИИ РЕБЕНКА В
ОСВОЕНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ
И ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ ПРИ
ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ



Компоненты здорового образа жизни





Наш девиз:

«Дружно, смело, с оптимизмом -
ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»





*Я повсюду, где бываю,
Всё на свете успеваю,
Потому что у меня
Строгий **распорядок дня!***









**Не боимся мы мороза,
не пугает дождь и град.
Ни страшны нам даже грозы,
Мы идем всегда гулять!**





Если хочешь быть здоров –
закаляйся!



Правильная организация развивающей среды имеет большое значение.



Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.



1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.
2. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.
3. Соблюдайте режим дня.
4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.
8. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
9. Лучший вид отдыха - прогулка с семьей на свежем воздухе.
10. Лучшее развлечение для ребёнка - совместная игра с родителями.

В воспитании детей очень
важна роль здорового
образа жизни семьи.

«Здоровый ребенок – это
счастливая семья!»



