

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области
Департамент образования Администрации г. Екатеринбург
Управление образования Ленинского района
МБДОУ – детский сад № 55



Здоровые дети – будущее России



Воспитатель первой категории: Акберова У.А.
Средняя группа «Солнышко»

г. Екатеринбург, 2020 г.

"Конвенция о правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990)

Статья 24

1. Государства - участники признают право ребенка на пользование наиболее совершенными услугами системы здравоохранения и средствами лечения болезней и восстановления здоровья. Государства - участники стремятся обеспечить, чтобы ни один ребенок не был лишен своего права на доступ к подобным услугам системы здравоохранения.

Статья 25

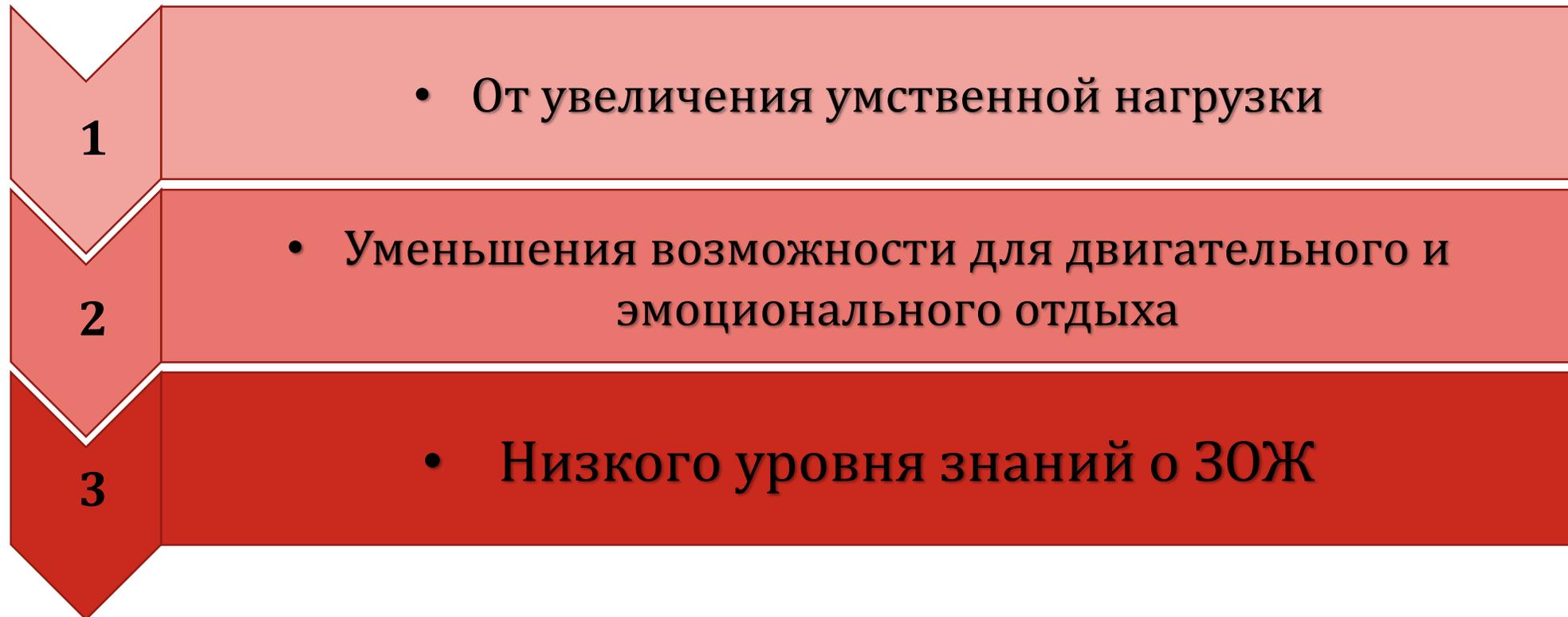
Государства - участники признают право ребенка, помещенного компетентными органами на попечение с целью ухода за ним, его защиты или физического, либо психического лечения, на периодическую оценку лечения, предоставляемого ребенку, и всех других условий, связанных с таким попечением о ребенке.

Актуальность темы

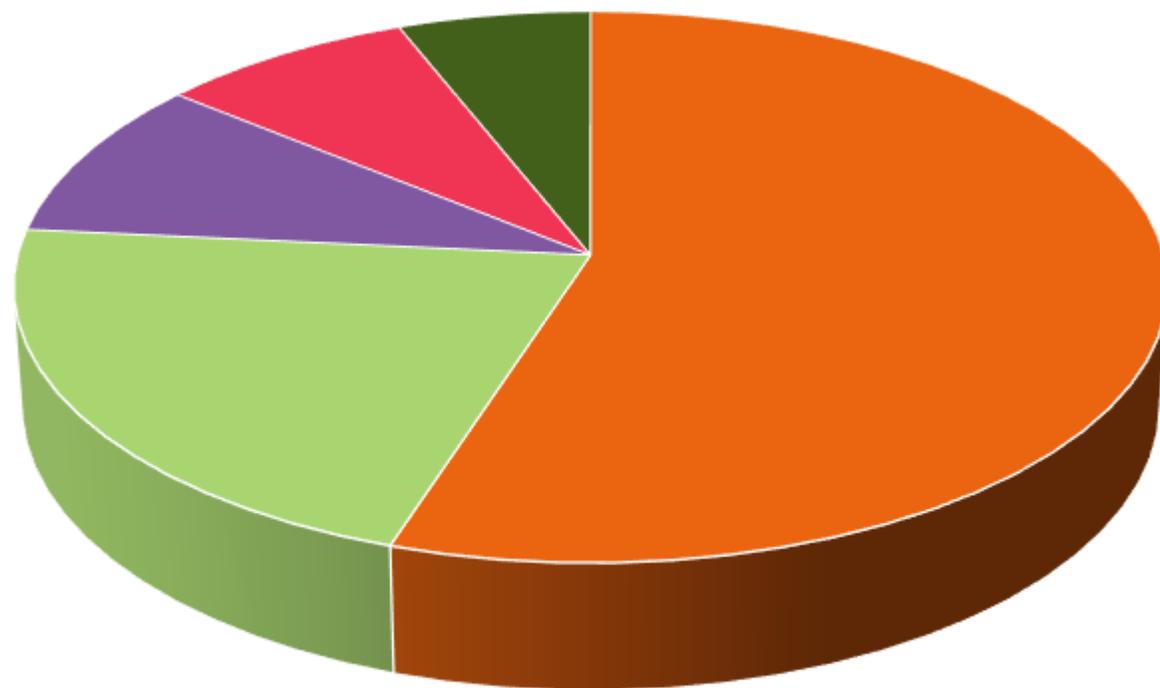
"Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»

Жан Жак Руссо

- Уровень состояния здоровья (физического и психоэмоционального) детей, как дошкольного, так и школьного возраста ежегодно снижается



Факторы, влияющие на здоровье детей



- Образ жизни (50%)
- Наследственность (21%)
- Экология (12%)
- Влияние медицины (10%)
- Другие (7%)

Условия для формирования привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста

- Созданная развивающая предметно-пространственная среда в группе
- Системность использования здоровьесберегающих технологий
- Совместная работа с родителями

Здоровый образ жизни включает в себя:

- ✓ Оптимальный двигательный режим;
- ✓ Плодотворную трудовую деятельность;
- ✓ Хорошую гигиену;
- ✓ Правильное питание
- ✓ Отказ от любых вредных привычек;
- ✓ Закаливание

Цель и задачи

- *Цель проекта:*
углубление и систематизация представлений детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и здоровья окружающих



Задачи педагога по формированию основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста

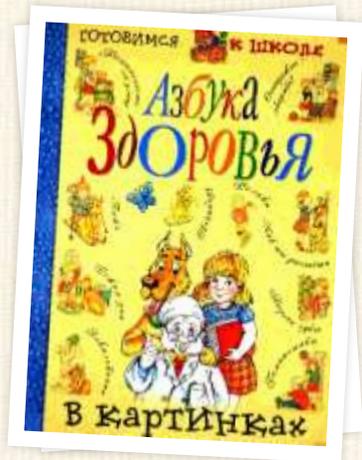
- ❖ Придание оздоровительной направленности всей организации жизнедеятельности ребенка в детском саду.
- ❖ Формирование осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни.
- ❖ Накопление знаний о здоровье, обретение умений и навыков ,поддерживающих и сохраняющих здоровье.
- ❖ Формирование у детей элементарных знаний о человеческом организме и бережном отношении к своему здоровью.

Спортивные развлечения на улице



Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Накопление знаний о здоровье человека



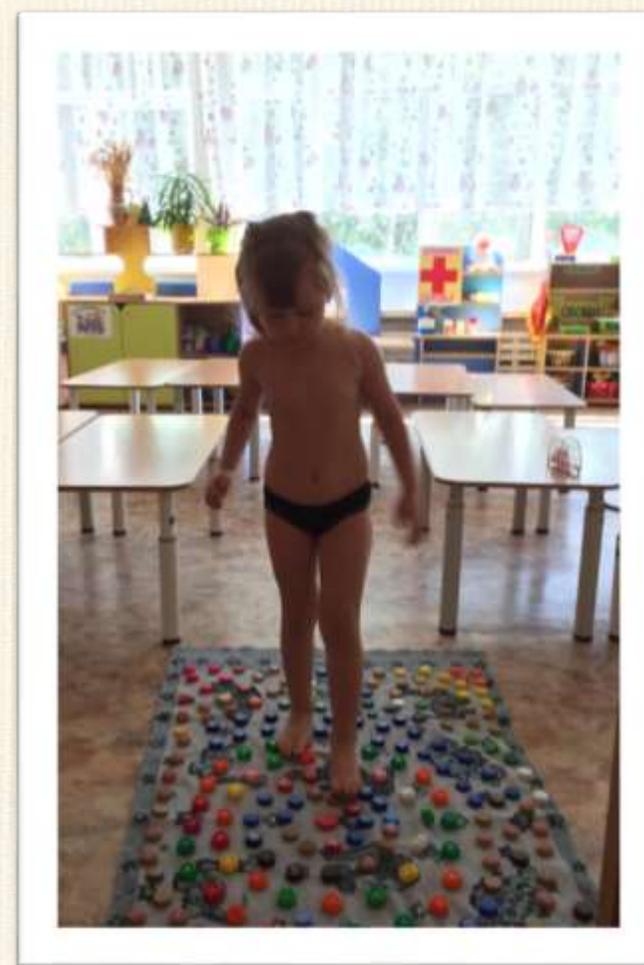
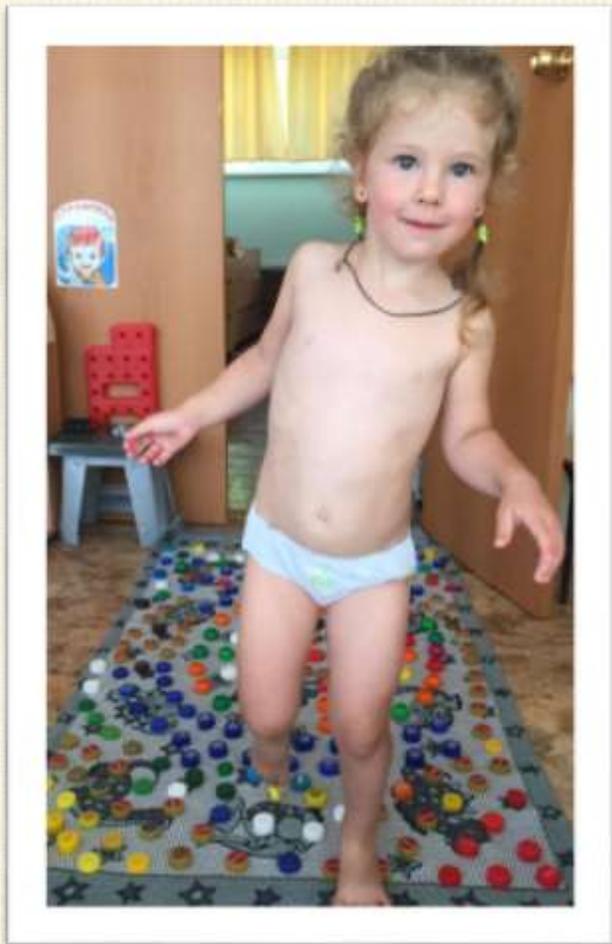


О гигиене...





Что такое витамины? Где их
найти?



Профилактика плоскостопия и
укрепление мышц спины

Артикуляционные и дыхательные упражнения



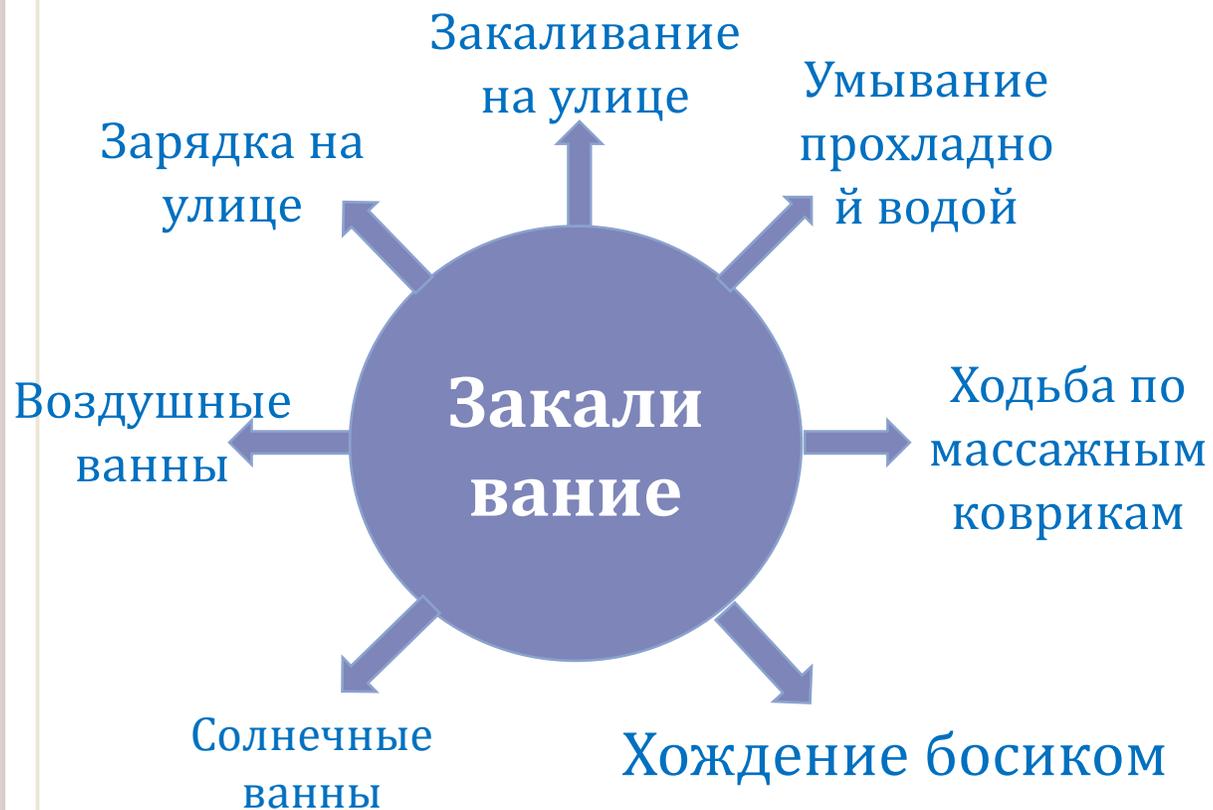
Артикуляционные упражнения



Дыхательные упражнения

Восстанавливают нарушенное носовое дыхание. Улучшают дренажную функцию лёгких, положительно влияют на обменные процессы, играющие роль в кровообращении. Повышают общую сопротивляемость организма, его тонус. Улучшают нервно-психическое состояние.

Закаливание



Подвижные игры и физкультминутки





Правильное питание

Человеку нужно есть,
Чтобы встать и чтобы сесть,
Чтобы прыгать кувыркаться,
Песни петь дружить
смеяться!
Чтоб расти и развиваться,
И при этом не болеть –
Нужно правильно питаться,
С самых юных лет уметь.

Закрепление знаний о фруктах и овощах



Закрепление знаний детей о витаминах об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах.

Сформировать у детей представление об овощах и фруктах. Формировать представление о том, где они растут. Научить различать их. Закрепить названия фруктов и овощей. Обогащать словарный запас.

БЕРЕГИ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ



Вкус или
польза?

Коллективная работа
Плакат «Береги своё
здоровье»

В детском саду и дома следует воспитывать у ребенка:



Привычку к чистоте, аккуратности, опрятности, порядку



Основы культурно-гигиенических навыков



Элементов самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности;



Понимание того, как влияют физические упражнения на организм человека, его самочувствие;



Умение правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, а иногда предотвращать их.

Работа с родителями



Изготовление своими руками нестандартного физоборудования для спортивного уголка, спортзала.

Индивидуальные беседы физических умениях и навыках каждого ребёнка, о значимости совместной деятельности с детьми.

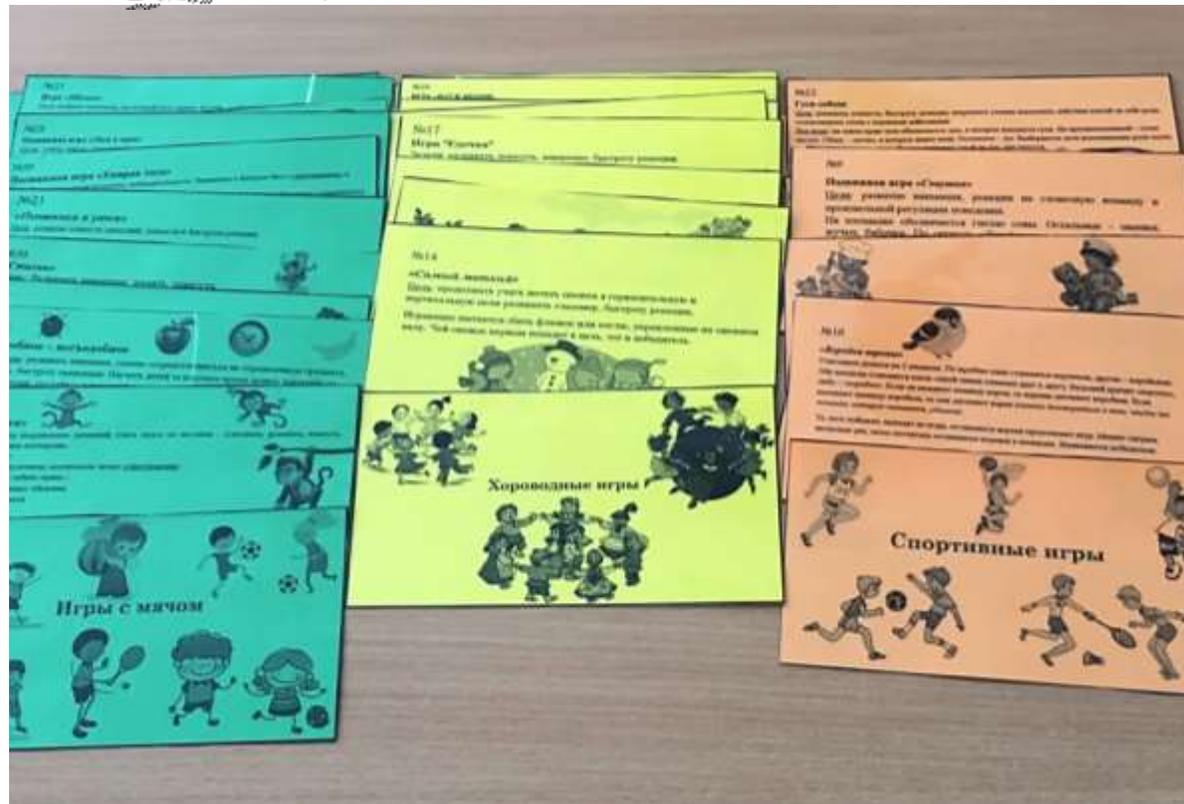
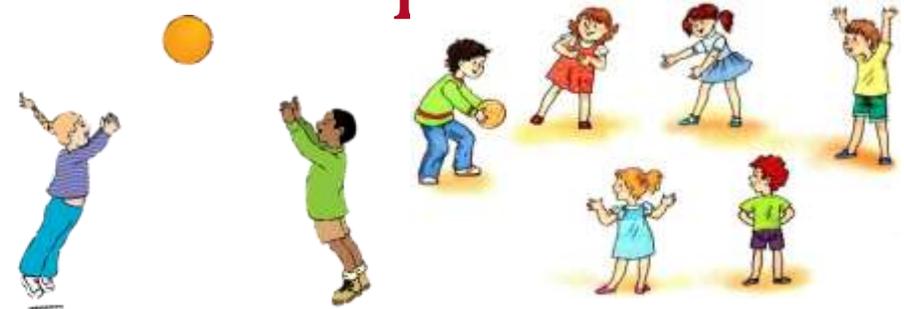
Выставка-показ физкультурного оборудования, сделанных в совместной творческой деятельности родителей с детьми.

Обмен опытом с педагогами в работе по формированию ЗОЖ





Картотека подвижных игр



Результаты проекта

Для детей:

- Подбор цикла бесед по ЗОЖ для детей;
- Создание картотеки подвижных и дидактических игр;
- Коврик для профилактики плоскостопия
- Нестандартное спортивное оборудование для укрепления мышц спины
- Коллективная работа плакат «Береги своё здоровье»

Для педагогов:

- обмен опытом педагогов в работе по формированию ЗОЖ
- Использование картотеки подвижных и дидактических игр;

Для родителей:

- Более осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья, как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- Снижение количества дней, пропущенных по болезни одним ребёнком;
- Консультирование «Роль семьи в формировании ЗОЖ»;
- Изготовление нестандартного спортивного оборудования



Здоровые дети – в здоровой семье
Здоровые семьи – в здоровой стране
Здоровые страны – планета здорова
Здоровье – какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!