

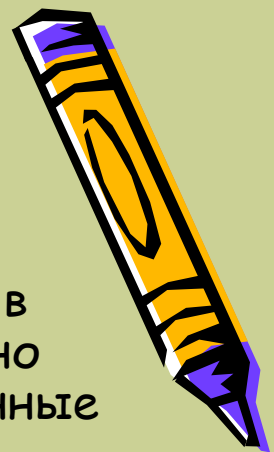
«Один день из жизни нашей группы»

Презентация творческого мини-проекта
по направлению здоровьесберегающие технологии



Актуальность проблемы

- Дошкольный возраст считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека - более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера.
- Именно в дошкольном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности.
- В связи с этим необходимо уделять особое внимание воспитанию физически здорового ребенка, обеспечению его психического благополучия, а также формированию у дошкольников навыка здорового образа жизни.
- Актуальность применения в работе ДОО здоровьесберегающих технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у детей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья.



Цель:

- обеспечение здоровья воспитанникам и осознанного отношения ребенка к жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.



Задачи:

- сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и системного использования доступных средств физического воспитания;
- продолжать систематизировать двигательную активность детей на свежем воздухе;
- способствовать активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни .



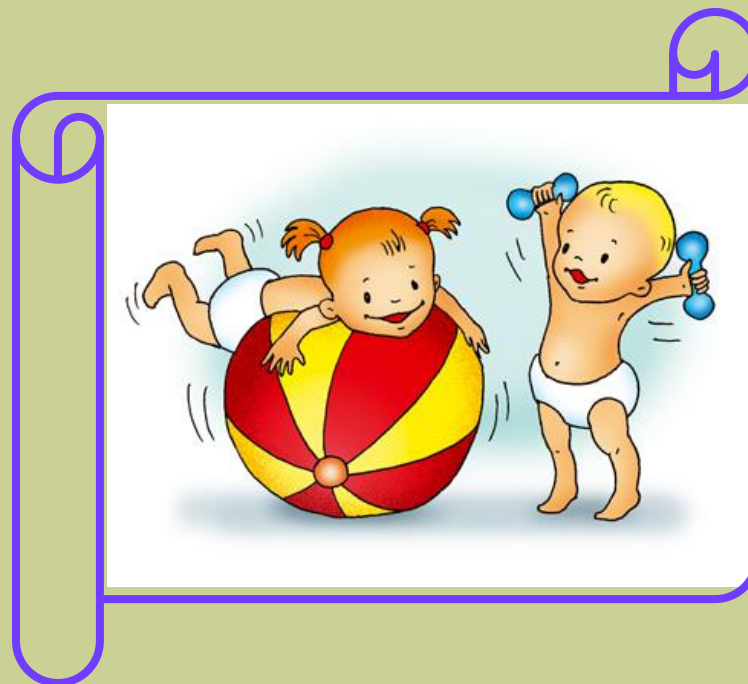
Взаимодействие с семьей

1. Информационные стенды для родителей:
 - комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры,
2. Информационные стенды медицинских работников о профилактической работе с детьми в ДОУ.
3. Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.



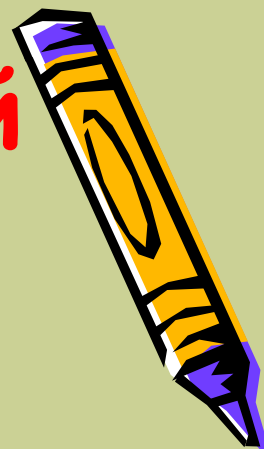
Планируемые результаты

Улучшение, сохранение соматических показателей дошкольников и формирование навыков ЗОЖ (здорового образа жизни).



«Один день из жизни нашей группы»

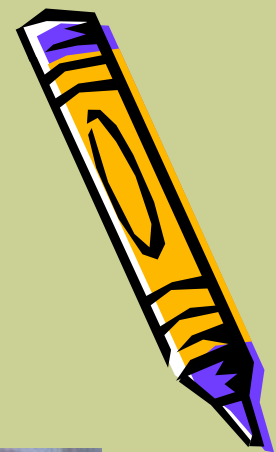
1. Одним из важнейших компонентов организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является **утренняя гимнастика.**



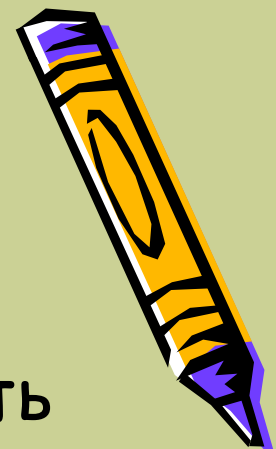
2. Цель **двигательной разминки** - предотвратить развитие утомления у детей, снять эмоциональное напряжение, что способствует более быстрому восприятию программного материала.



3. Гимнастика пальчиковая начиная с младшего возраста используется в различных формах оздоровительной работы.



4. Дыхательная гимнастика - от правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность





5. **Закаливающие мероприятия** как важная составная часть физической культуры, способствует укреплению здоровья и снижению заболеваемости.





6. **Прогулка** – один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности. Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице.



7. **Подвижная игра**
занимает особое
место в развитии
ребёнка-
дошкольника.



8. Гимнастика после дневного сна помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. В течение года используются различные варианты гимнастики:

- разминка в постели,
- гимнастика игрового характера,
- гимнастика корригирующая (пробежки по массажным дорожкам).

