



Система работы по здоровьесбережению воспитанников



«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования.

ФГОС направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.





Здоровый образ жизни:



Формы оздоровительной работы:

Гимнастика для
глаз

Прогулки

Утренняя
гимнастика

Дыхательная
гимнастика

Физкультурные
занятия

Бодрящая
гимнастика

Физкультурные
досуги

Пальчиковые
игры

Подвижные и
хороводные
игры

Физминутки

Спортивные
праздники



Система здоровьесберегающих технологий:

Различные
оздоровительные
режимы
(адаптационный,
щадящий,
на время каникул)

Комплекс закаливающих
мероприятий
(хождение по «дорожкам
здоровья»; хождение
босиком, максимальное
пребывание детей на
свежем воздухе,
бодрящая гимнастика)





Утренняя гимнастика



Прогулки



Проведение подвижных игр



Двигательная деятельность детей





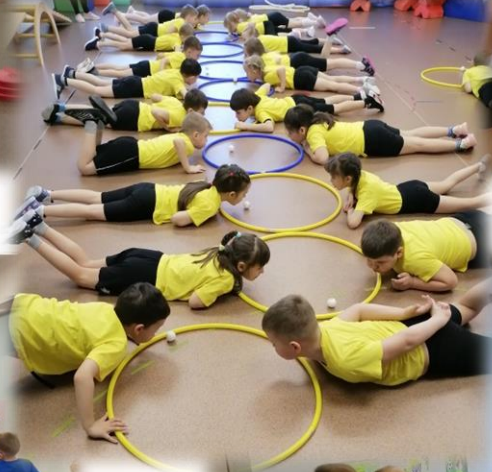
Организация рационального питания



Соблюдение режима двигательной активности во всех видах деятельности













Медико-профилактическая работа с детьми и родителями





Формы взаимодействия с семьей

- ❖ Анкетирование
- ❖ Родительский собрания
- ❖ Наглядная агитация
- ❖ Консультации
- ❖ Индивидуальные беседы
- ❖ Совместные досуги и праздники
- ❖ Участие в массовых мероприятиях



Десять золотых правил здоровьясбережения:



- 1. Соблюдайте режим дня!*
- 2. Обращайте большое внимание на питание!*
- 3. Больше двигайтесь!*
- 4. Спите в проветренной комнате!*
- 5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!*
- 6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!*
- 7. Гоните прочь уныние и хандру!*
- 8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!*
- 9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!*
- 10. Желайте себе и окружающим только добра!*

