

Месячник Здоровья «В здоровом теле-здоровый дух» средний дошкольный возраст.

Дошкольный возраст считается важным для физического, психического и умственного развития ребёнка. В этот период закладываются основы его здоровья. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она собирает в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи. Важно и необходимо обратиться к системе физического воспитания дошкольников, чтобы выявить основные задачи и методы воспитания здорового ребенка и то место, ту роль, которая отводилась самому дошкольнику в деле собственного оздоровления.

Есть многие причины – от нас независимые, и изменить что-либо не в наших силах.

Но есть одна, на наш взгляд, очень важная – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранение и укреплении своего здоровья.

Для реализации данного направления был разработан Месячник Здоровья “В здоровом теле – здоровый дух!” для работы с детьми среднего дошкольного возраста.

Проблема:

Низкая двигательная активность.

Недостаточное пребывание на свежем воздухе

Нездоровая экология.

Цель

Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, через систему знаний и представлений об окружающем мире.

Задачи

1. Сохранять и укреплять здоровье детей;

2. Формировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни

3. Расширить и разнообразить взаимодействие детского сада и родителей в целях укрепления здоровья детей.

Взаимосвязь образовательных областей

Познавательное развитие;

Речевое развитие;

Физическое развитие;

Познавательное и речевое развитие:

-Беседа с детьми по темам: «Что такое режим дня?», «Чтоб здоровым быть всегда, нужно закаляться», «Гигиена тела», «Грязные руки грозят бедой», «Режим дня», «Закаляемся»,

-Просмотр презентации «Что такое здоровый образ жизни»

-Чтение произведений К.И. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит».

-Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни.

Просмотр мультфильмов:

-«Смешарики» из серии «Азбука здоровья»: «Быть здоровым здорово»,

Физическое развитие:

-Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация;

-Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика;

-Закаливание: воздушное и обширное умывание, принятие воздушных ванн, хождение босиком по полу и гимнастическому коврику,

-Физкультурные занятия, комплексы по профилактике плоскостопия и нарушения осанки,

-подвижные игры и игровые упражнения по желанию детей;

– спортивные развлечения.

Показатели эффективности:

-Снижение заболеваемости среди детей;

-Знания детей и осознанное понимание значимости ЗОЖ, желание заботиться о своем здоровье;

-Умение детей в выборе поведения, поступков, приносящих пользу здоровью;

-Сформирована активная жизненная позиция направленная на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.

Результат:

1.Сформированы навыки ЗОЖ.

2.Сформированы навыки гигиенической культуры.

3.Наличие потребности в ЗОЖ, изменение отношения к своему здоровью.