

**ФОРМЫ РАБОТЫ ПО
ПРИБЛЖЕНИЮ ДЕТЕЙ К КУЛЬТУРЕ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В
РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ
ВАРИАТИВНОЙ ЧАСТИ ООП ДО.**



Проблема сохранения здоровья детей актуальна во всех сферах человеческой деятельности и особенно остро стоит в образовательной области, где всякая практическая работа направлена на укрепление здоровья воспитанников.

В соответствии с ФГОС физическое развитие включает в себя развитие целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, **становление ценностей здорового образа жизни**, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек) .



**Оздоровительная программа
по физическому развитию
для детей среднего и старшего
дошкольного возраста
«Будь здоров»**



ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: формирование здорового образа жизни дошкольников и ценностного отношения к здоровью.

Задачи:

Образовательные:

- формировать у детей представление о **здоровом образе жизни**;
- формировать навыки сохранения собственного здоровья;
- осмысливать и решать задачи, возникающие при определенных обстоятельствах;
- формировать представления о ценности занятий физической культурой и спортом, понимания влияния этой деятельности на развитие личности человека, на процесс обучения и взрослой жизни.
- пополнять знания о поведении в быту и на улице, о значении режима дня, о пользе гигиенических процедур для здоровья;
- создать условия для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшения их двигательного статуса.

Развивающие:

- развивать физические качества дошкольников: силу, выносливость, быстроту, смелость, ловкость, уверенность;
- развивать у детей способность анализировать и сопоставлять
- развивать внимание и логическое мышление;
- развивать психофизические качества (сила, ловкость, выносливость, координация).

Воспитательные:

- создать позитивное настроение и радость приключений;
- сохранять и укреплять физическое и психическое **здоровье детей**;
- создать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении;
- воспитывать у детей культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье, о ценности духовного и нравственного здоровья.

ЗОЖ – ЭТО ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

День здоровья



Беседа «Полезные и вредные продукты»



«Путешествие в страну Витаминию»



Квн-развлечение «Правильное питание или Пончик в гостях у детей»



Беседа с просмотром презентации «Все о витаминах»



ЗОЖ – это гигиена тела

Беседа «Правила гигиены»



Познавательное мероприятие
«Если хочешь быть здоров»



«Уроки Мойдодыра»



ЗОЖ – это положительные эмоции

Флеш – моб «День знаний»



Квест – развлечение
«В поисках клада»



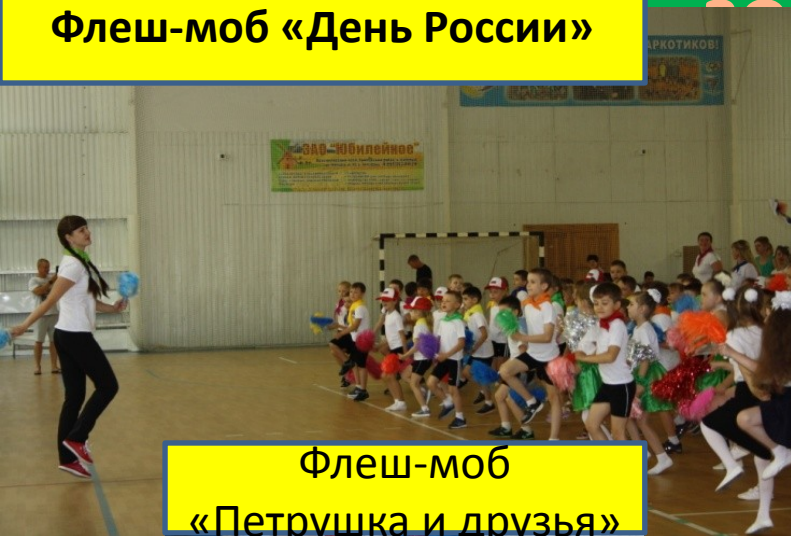
Флеш-моб «Недетское время»



Квест – развлечение, посвященное



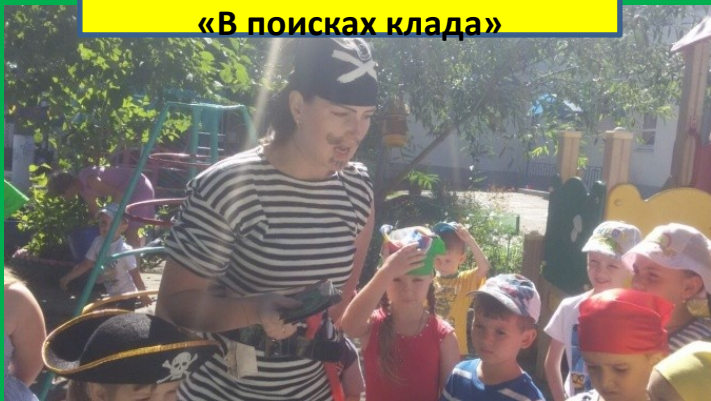
Флеш-моб «День России»



**Флеш-моб
«Петрушка и друзья»**



**Квест – развлечение
«В поисках клада»**



СМЖ – это положительные эмоции

Флеш – моб «Веселые ребята»



**Квест – развлечение, посвященное
Дню защиты детей**



Игра-путешествие по ПДД «Незнайка в большом городе»



«Путешествие в страну Светофорию»



Беседа с просмотром презентации «Ребенок и посторонние лица»



Единый день безопасности



ЗОЖ – это двигательная активность



Результаты освоения программы:

— Дети имеют начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье

- имеют элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;
- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеют следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знают, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеют представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знают важность сна, гигиенических процедур для здоровья;
- умеют устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;
- имеют представление о составляющих здорового образа жизни

Будьте
здоровы!

