



Формирование здорового образа жизни дошкольников через использование нетрадиционного оборудования в ДОУ

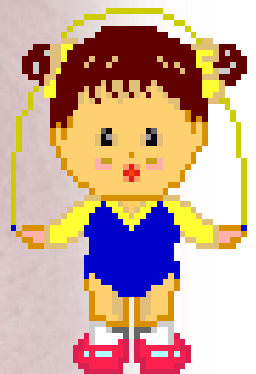


Подготовила:

Воспитатель Полехова Екатерина Сергеевна

Самая большая ценность для человека – здоровье.

В преамбуле Устава Всемирной организации здравоохранения здоровье характеризуется как «состояние наибольшего физического психологического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и физических дефектов»





Актуальность оздоровительной работы



в настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада.

- Основная цель – снижение заболеваемости детей.



Проблемный вопрос:

**Как и с помощью чего сохранить
и укрепить здоровье детей
дошкольного возраста?**



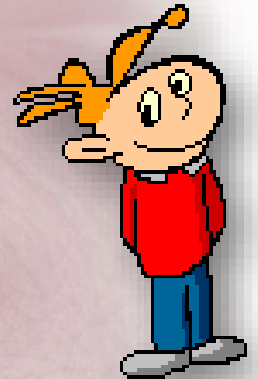
Цель оздоровительной работы:

**Снижение заболеваемости,
сохранение и укрепление
здоровья детей младшего
дошкольного возраста.**



ЗАДАЧИ :

- формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;
- прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;
- повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.



Традиционные методы закаливания во второй младшей группе:



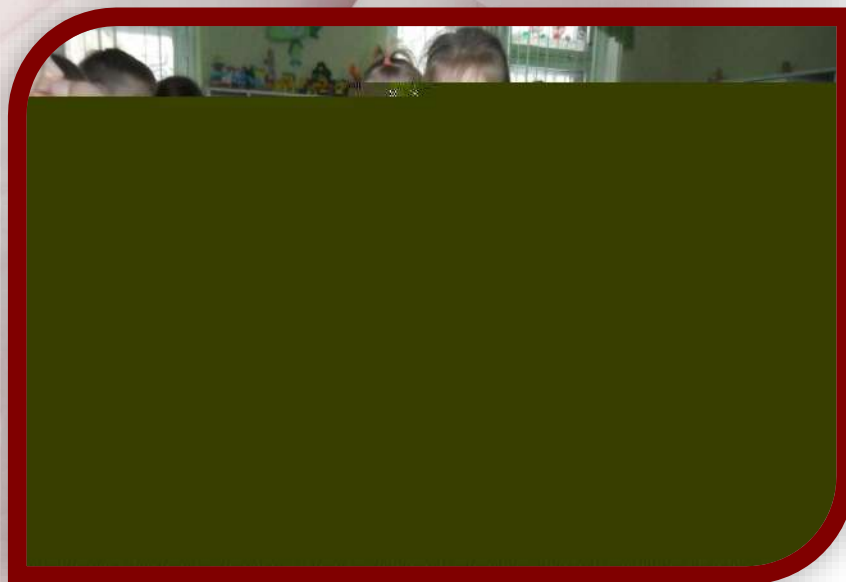
1. Утренняя гимнастика.
2. Одежда в группе и на улице по погоде.
3. Прогулки каждый день с подвижными играми.
4. Сон без маек (с учетом температуры воздуха в группе и пожеланиями родителей).
5. Хожение босиком до и после сна.
6. Гимнастика и хождение по ребристым дорожкам.
7. Фитонциды – лук, чеснок.
8. Умывание холодной водой.



Традиционные методы закаливания во второй младшей группе:



Традиционные методы закаливания во второй младшей группе:



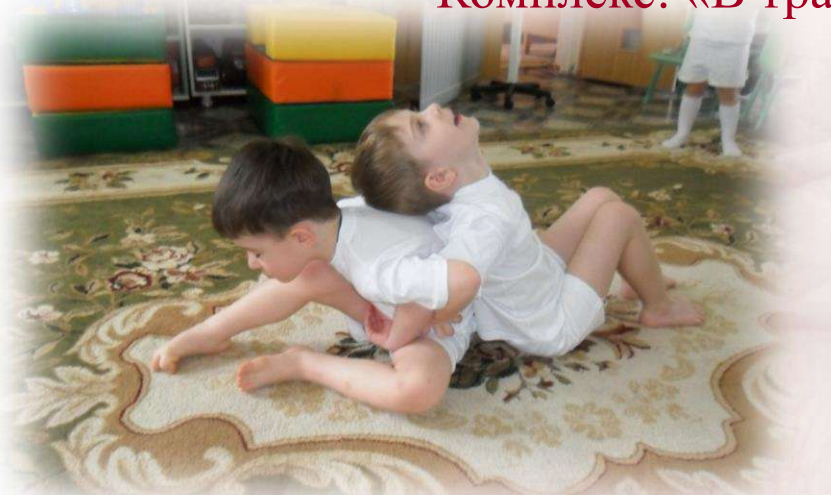
Нетрадиционные средства оздоровления детей

(Оздоровительные игры «Цапля», «Скачки»)





Комплекс: «В траве сидел кузнечик»







Упражнения для профилактики, коррекции осанки и плоскостопия.





Игры, которые лечат.





Оздоровительные игры.







Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ





*Желаем Вам приятных
минут общения с ребенком ...*

Будьте здоровы...