Муниципальное Дошкольное Образовательное Учреждение «Детский сад №47 «Улыбка»

Конкурс медиапрезентаций «Наша дошкольная жизнь»

Номинация «Растём здоровыми»

Коноплева Светлана Юрьевна, воспитатель

Тезисы к презентации «Растём здоровыми»

 Стране нужны сильные, крепкие и здоровые люди. Здоровье человека – жизненно важная ценность. Оно складывается из многих взаимосвязанных компонентов: движение, положительные эмоции, режим дня, отказ от вредных привычек, рациональное питание, чистота тела, жилища, продуктов питания, закаливание и оздоровление организма.

 Все мы знаем, что здоровье – самое большое наше богатство, но воспринимаем его как некую данность, не бережем, не наращиваем и спохватываемся лишь тогда, когда полностью или частично утрачиваем его. Здоровье, сколь это не странно , потеряло свою изначальную притягательность, многие не стремятся к нему активно, а скорее отталкиваются, ускользают от болезней. Мы сочувствуем больному, беспокоимся о нём, сами растрачиваем своё здоровье, будто оно бесконечно…

 Работая в детском саду, мы знаем, что каждый дошкольник должен учиться заботиться о своём здоровье. Знать, что нужно правильно питаться и одеваться, дышать свежим воздухом, соблюдать режим дня и правила гигиены, делать зарядку и заниматься спортом.

 Первые и главные воспитатели в жизни ребёнка – родители, поэтому большая часть ответственности лежит на их плечах. А сотрудничество родителей и педагогов в данном вопросе позволяет решать поставленную задачу намного эффективнее.

 В своей группе мы стараемся пропагандировать здоровый образ жизни. Большая работа проводится с детьми: утренняя гимнастика и гимнастика после сна, пальчиковые игры, самомассаж, ходьба по дорожке здоровья, упражнения на дыхание и профилактику плоскостопия, приём детей на свежем воздухе в теплое время года, прогулки, полоскание горла, приём витаминов, выезд в лес зимой и летом. Главный и приятный итог нашей работы – низкая заболеваемость в группе. С родителями были проведены собрания на темы: «Выходной день в семье», « Наши верные друзья – полезные привычки», где родители поделились опытом закаливания и проведением оздоровительных прогулок. В группе организовывались выставки: «Родные просторы», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». Вниманию родителей были предоставлены папки – раскладушки: «В зимний холод всякий здоров и молод», «Источники витаминов», «Весенние прогулки», «Помоги себе сам при простуде». Также проводились групповые и индивидуальные консультации: «Здоровье – что это?», «Дурные привычки», «Осторожно, грипп!» Цели и задачи этих мероприятий заключены в их названиях.

 Таким образом, совместными усилиями воспитателей и родителей у дошкольников формируются представления о здоровом образе жизни, интерес к активному отдыху. Они получают необходимые знания и положительный социальный опыт сохранения здоровья.