

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 2 поселка Сусанино

Обобщение опыта работы по теме:

**«Оздоровительная работа в ДООУ через
здоровьесберегающие технологии и здоровьесокрепляющие
приемы в воспитательно-образовательном процессе"»**

Воспитатель 1 категории: Мельникова О.Г.
п.Сусанино, 2022 г.

НАПРАВЛЕНИЯ

Медико-профилактическое	Физкультурно - оздоровительное	Валеологическое образование родителей	Здоровьесберегающее образование детей
✓ Проведение медосмотров ✓ Санитарно-гигиеническая работа ✓ Контроль качества организации питания	✓ Проведение подвижных игр ✓ Спортивные мероприятия ✓ Процедуры закаливания ✓ Организация прогулок	✓ Мотивация родителей к ведению здорового образа жизни ✓ Обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию валеологической культуры	✓ Формирование валеологических знаний и навыков

Коммуникативные игры



Закаливание



Прогулка



Физкультура



Утренняя гимнастика



НОД



Физкультминутка



Спортивные праздники



Пальчиковая, дыхательная и корригирующая гимнастика



Развивающая среда



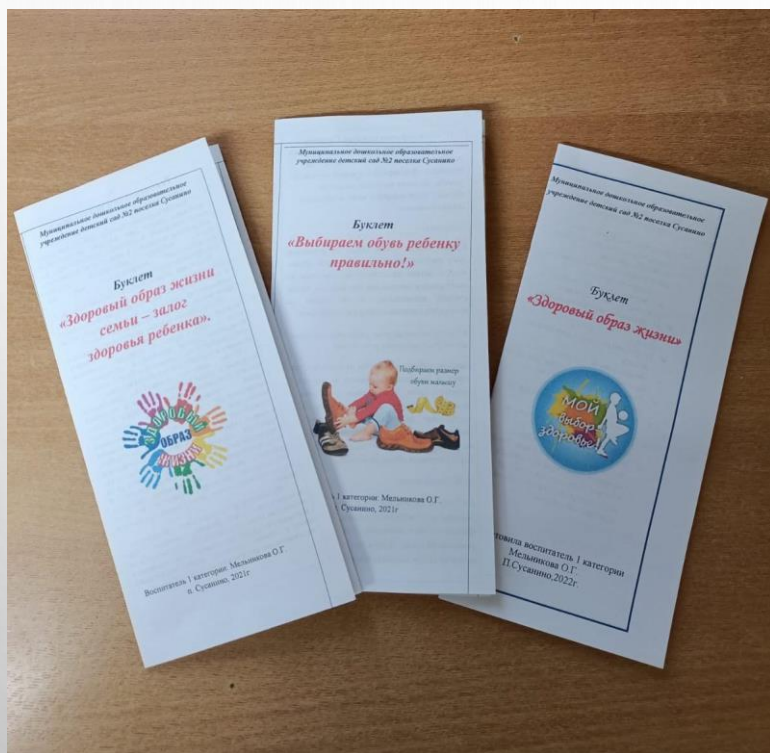
Работа с родителями

Коллективное
сотрудничеств
о (досуги,
открытые
занятия,
родительские
собрания)

Индивидуаль
ное
сотрудничест
во
(анкетировани
е,
консультации,
беседы)

Наглядно-
информацион
ное
сотрудничеств
о (стенды,
памятки для
родителей,
выставки
работ)

Активное
участие
родителей в
жизни ребенка
(подвижные
игры,
совместные
занятия,
соревнования)



Советы родителям "Режим дня дошкольника"

Ничто так не облегчает работу нервных клеток головного мозга, как определенный распорядок дня.
И. П. Павлов.

Правильный режим дня играет огромную роль в жизни ребенка. Уже в дошкольном возрасте нужно приучать ребенка к распорядку дня, иначе, взрослые, дети трудно воспринимают то, что от них требуют, а именно правильную организацию времени бодрствования и сна. Дети в дошкольном возрасте любят стабильность, и малейшее изменение в режиме начинает их утомлять. Не только ребенок должен жить по определенным правилам, но и люди, которые находятся рядом. Давайте поговорим о примерном режиме дня дошкольника.

1. Чтобы новый день ребенок встретил с хорошим настроением, он должен хорошо выспаться, а это значит необходимо соблюдать продолжительность ночного сна, тогда утреннее пробуждение будет трудным.
2. Небольшой комплекс упражнений поможет радостно встретить день. Начинайте день с зарядки.
3. Нельзя забывать и о правилах личной гигиены – утренние процедуры.
4. Для приема сбалансированной пищи должно быть отведено определенное время, причём времени должно быть достаточно, чтобы успеть хорошо пережевывать пищу.
5. Ребенок дошкольного возраста определённый промежуток времени проводит в детском саду, там он в игре развивается, получает багаж знаний, умений и навыков.
6. Необходимо уделять особое внимание прогулкам. Зимнее время прогулки более продолжительными, чем зимние. Обязательно присутствовать в режиме дня!

Не забывайте и о дневном сне – в детском саду он есть. Не забывайте и о дневном сне – в детском саду он есть. Не забывайте и о дневном сне – в детском саду он есть. Не забывайте и о дневном сне – в детском саду он есть.

В каждой семье должен быть определенный распорядок дня. В каждой семье должен быть определенный распорядок дня. В каждой семье должен быть определенный распорядок дня. В каждой семье должен быть определенный распорядок дня.





Спасибо за внимание!