

# Система работы по здоровьесбережению в первой младшей группе «Звездочки» (опыт работы)



Подготовили: Богдашина А.В.

Серебрякова Т.В.

г.Дивногорск, 2021

## Актуальность

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов в воспитательно-оздоровительной работе. Важно уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни; создавать воспитательное условие для детей, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка



## **Цель :**

Начальное формирования основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья детей младшего дошкольного возраста, как основа личностного, эмоционального и физического развития.

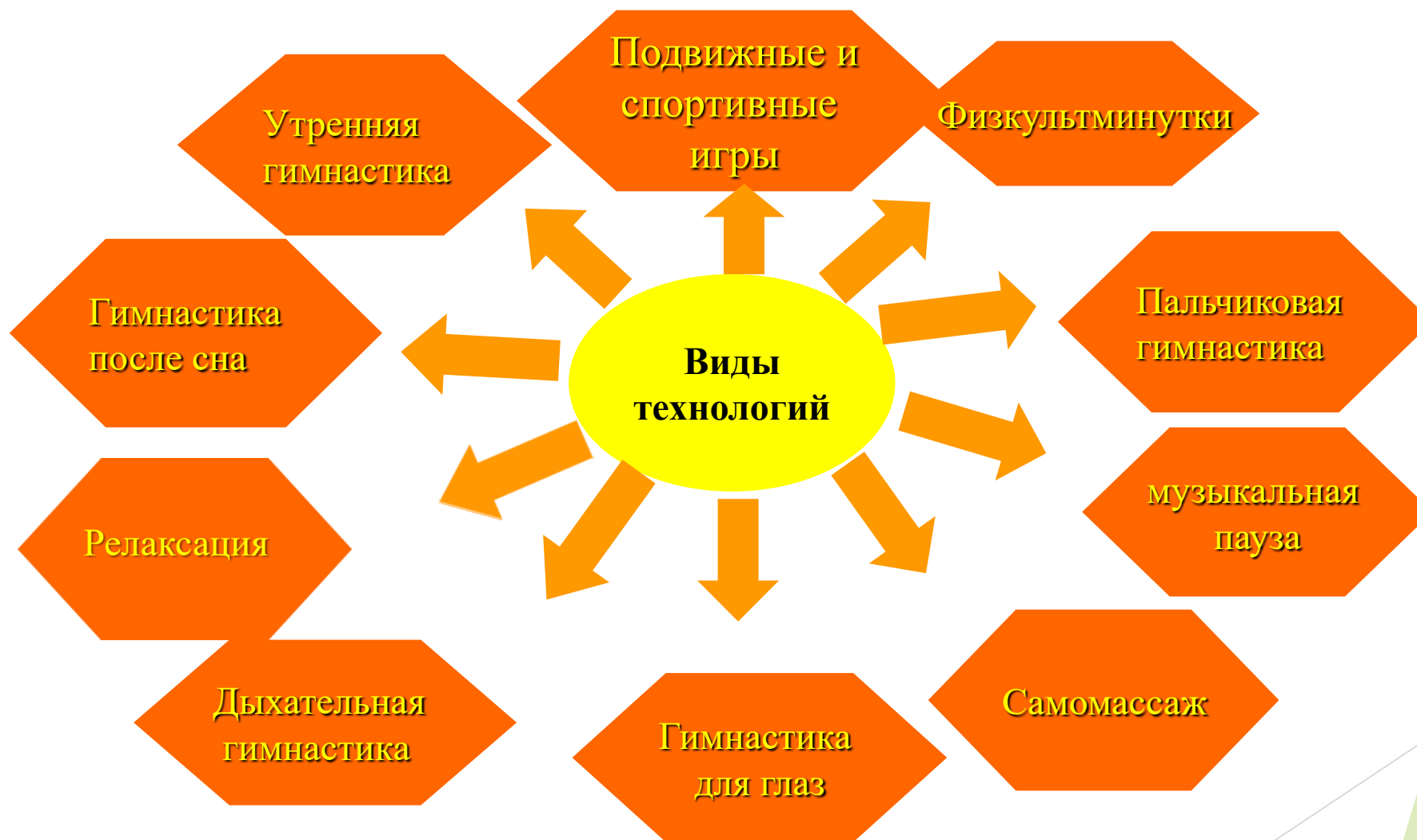
## **Задачи :**

1. Формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания
- 2.Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы
- 3.Развивать активность, инициативность, самостоятельность, уверенность в себе и своих возможностях
4. Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни

## Направления работы:

- с родителями;
- психологическое здоровье;
- гигиенические навыки;
- пополнение ППРС;
- СанПин;
- Физкультурно-оздоровительное.

# Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе





# Утренняя гимнастика



# Прогулка на свежем воздухе





# Гимнастика после сна





# Применение «Су - Джок»





# Дыхательная гимнастика





# Дыхательная гимнастика





# Пальчиковая гимнастика





# Физминутка







# Музыкальная пауза



# Подвижные игры





# Подвижные игры





# Культурно-гигиенические навыки







# Образовательная среда

# Перспективы:

- Гимнастика после сна;
- Закаливание;
- Гимнастика для глаз;
- Релаксация;
- Самомассаж.







**Спасибо  
за внимание**