

Программа здоровьесбережения в группе №4

В группе создан Центр двигательной активности, оснащенный необходимым спортивным традиционным и нетрадиционным оборудованием для осуществления индивидуальной работы по развитию двигательных навыков воспитанников, самостоятельной организации двигательной деятельности детей в течение дня, а также оборудованием для проведения закаливающих процедур (массажные коврики, балансиры).

В работе с воспитанниками широко используются здоровьесберегающие технологии. Это и динамические паузы, и подвижные и спортивные игры; упражнения на релаксацию; различные виды гимнастик (пальчиковая, артикуляционная, для глаз, корригирующая, после дневного сна); комплексы закаливающих мероприятий (воздушное, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе); профилактика плоскостопия (хождение босиком, картотека упражнений по профилактике).

Разработала систему мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья дошкольников. **Свою работу организую по тематическим блокам: «Гигиена и хорошее здоровье», «Валеология», «Если хочешь быть здоров, занимайся спортом», «Уроки доктора Айболита».**

Подобрала дидактические игры: «Спортивный инвентарь», «Сложи картинку», «Найди пару», «Спорт зимний и летний». Составлены картотеки: зимних подвижных игр; оздоровительных игр; комплекс упражнений для утренней гимнастики; корригирующей гимнастики после сна; физкультминутки в детском саду; подвижные игры народов Урала; русские народные игры; картотека прогулок; игровой самомассаж кистей рук; массаж лица; гимнастика для глаз; дыхательные упражнения и игры.

Здоровый образ жизни в стихах, пословицах, поговорках, загадках, считалках.

Подготовлен цикл бесед : «Если хочешь быть здоров...», «Строение человека», «Уроки Айболита», «Сохрани здоровье сам», «Витамины укрепляют организм»,

«Подружись с зубной пастой», «Осанка – красивая спина», «Спорт это здоровье».

Работаю с наглядными пособиями «Валеология или здоровый малыш», «Виды спорта», «Наши олимпийцы», лепбук «Азбука здоровья». Провожу познавательно-исследовательскую деятельность: «Слушай во все уши!», «Смотри во все глаза!», «Наши руки». Подобрала сюжетно-ролевые игры: «Скорая помощь», «Поликлиника», «Служба спасения». Оформила для родителей информационные буклеты, памятки.



