



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1»
141300, Московская область, г. Сергиев-Посад, ул. 1-ой Ударной Армии, д.93
Тел. Факс 8(496)542-07-40, e-mail: sero¹_mbou_1@mosreg.ru
фактический адрес:
структурное подразделение (дошкольное отделение № 3):141337,
Московская область, Сергиево-Посадский г. о, с. Мишутино, д 12А

**"Организация оздоровительной работы в режиме дня
с детьми дошкольного возраста".**

Ст/воспитатель. Узикова О.А.

04.02.2026г.



Тема нашего педсовета

"Организация оздоровительной работы в режиме дня с детьми дошкольного возраста".

Вступительное слово по теме педсовета.

“Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Оди из богов сказал: “Человек должен быть сильным”, другой сказал: “Человек должен быть здоровым”, третий сказал: “Человек должен быть умным”. Но один из богов сказал так: “Если всё это будет у человека, он будет подобен нам”. И, решили они спрятать главное, что есть у человека - его здоровье. Стали думать, решать - куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье? (Предполагаемые ответы педагогов).

Один из богов сказал: "Здоровье надо спрятать в самого человека". Так и живёт с давних времён человек, пытаюсь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас, и в каждом ребёнке.

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем.



Организация оздоровительной работы в режиме дня с детьми дошкольного возраста.

Текст к презентации.

Слайд 1 (картинка - фото)

Оздоровление детей в дошкольном образовательном учреждении — это не просто комплекс упражнений, а целостная система, пронизывающая все режимные моменты. Правильно организованный распорядок дня является фундаментом физического и психического благополучия ребёнка обеспечивая гармоническое развитие и укрепление иммунитета.

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней.

Слайд 2 (картинка - фото)

В современных условиях сохранение здоровья дошкольников становится приоритетной задачей. Снижение общей двигательной активности и увеличение психоэмоциональных нагрузок требует от педагогов поиска эффективных форм оздоровления.

Слайд 3 (картинка - фото)

Принципы построения режима дня.

Эффективный режим дня строится на балансе между активностью и отдыхом, учитывая возрастные и индивидуальные особенности каждого ребёнка.



Слайд 4 (картинка - фото)

Утренняя гимнастика и её роль.

Утренняя гимнастика - это мощный инструмент для «пробуждения» организма и создания положительного эмоционального фона на весь день.

Слайд 5 (картинка - фото)

Физкультурные занятия и подвижные игры.

Двигательная активность – естественная потребность ребёнка. Занятия спортом и игры способствует развитию координации и силы.

Слайд 6 (картинка - фото)

Подвижные игры, физкультминутки.

Слайд 7 (картинка - фото)

Прогулка как элемент оздоровления.

Пребывание на свежем воздухе является одним из самых эффективных методов укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Слайд 8 (картинка - фото)

Закаливающие процедуры в детском саду.

Закаливание – это тренировка защитных сил организма. Основное правило здесь: постепенность и систематичности



Слайд 9 (картинка - фото)

Организация питания и здоровье.

Рациональное питание обеспечивает организм строительным материалом и энергией. В дошкольном возрасте формируются вкусовые привычки на всю жизнь.

Слайд 10 (картинка - фото)

Взаимодействие с семьёй.

Работа по оздоровлению будет неэффективной, если она не поддерживается родителями дома. Единство требований детского сада и семьи – залог успеха.

Слайд 11 (картинка - фото)

Выводы и рекомендации.

Систематическая оздоровительная работа в ДООУ позволяет значительно снизить уровень заболеваемости и повысить индекс здоровья детей.

Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название **«здоровьесберегающие технологии»**.

Главное назначение таких технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное



– самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Динамическая гимнастика

2. Технологии обучения здоровому образу жизни

- Физкультурные занятия
- Занятия в бассейне
- Проблемно – игровые и коммуникативные игры

3. Коррекционные технологии.

- Сказкотерапия
- Песочная терапия
- Арт –терапия
- Музыкотерапия

Важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.



Вывод. Для того, чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей нужна целенаправленная комплексная система физкультурно-оздоровительной деятельности как в детском саду, так и в семье. А нам - педагогам-дошкольникам необходимо :

- Уделять особое внимание организации подвижных игр, как средство повышения двигательной активности дошкольников.
- Максимально увеличить время пребывания детей на свежем воздухе с обязательной организацией двигательной активности
- Рационально сочетать физкультурные занятия с закаливающими процедурами
- Наращивать резервные возможности организма ребёнка за счёт регулярных проведения подвижных игр, физических упражнений.
- Уделять особое внимание развитию у детей движений циклического характера (бег, прыжки, ходьба и т. д.)

Некоторые принципы организации здоровьесберегающей среды в ДОУ:

Содержательно-насыщенная. Включает средства обучения, материалы, инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование.



Трансформируемая. Обеспечивает возможность изменения среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональная. Обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих среды (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, том числе природных материалов) в разных видах детской активности.

Вариативная. Есть различные пространства (для игры, уединения, конструирования), периодичная сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих разные виды детской деятельности.

Доступная. Обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности.

Безопасная. Все элементы среды должны соответствовать требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.