

Семинар

**Тема: Формирование здорового образа жизни детей в системе
«ДОУ – семья, семья, - ДОУ»
«Будь здоров, малыш!»**

Форма проведения: практикум



Подготовила и провела: инструктор по
физкультуре Веселова Е.И.

В соответствии с Федеральными
государственными образовательными
стандартами дошкольного образования
образовательная область
«Физическое развитие»
занимает ведущее место
в воспитательно-образовательном
процессе дошкольников.

Цели работы с родителями:

- формирование у родителей здорового образа жизни, как ценности.
- знакомство родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в дошкольном учреждении.
- информирование их о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребёнка.
- привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.



**это состояние полного
физического, психического и
социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов.**

(Всемирная
организация здравоохранения)

Физическое-

это состояние человека, которое характеризуется совершенством саморегуляции функций организма, гармонией физических процессов, максимальной адаптацией к различным факторам внешней среды.

Психическое -

это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой.

Социальное -

это мера социальной активности, деятельное отношение человека к миру.

На здоровье влияют:



Взаимодействие и сотрудничество с родителями



Нетрадиционные методы закаливания:

- Контрастное воздушное закаливание
- «Игровые дорожки»
- Хождение босиком
- Контрастное водное закаливание
- Воздушные ванны
- Водные процедуры
- Солнечные ванны
- Хождение по мокрым солевым дорожкам
- Полоскание носоглотки прохладной водой с элементами психогимнастики
- Игровой массаж
- Массаж волшебных точек ушек
- Контрастные ванночки для рук



ВЫВОД:

Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей, овладению навыками самооздоровления.

Поэтому в ДОУ необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.