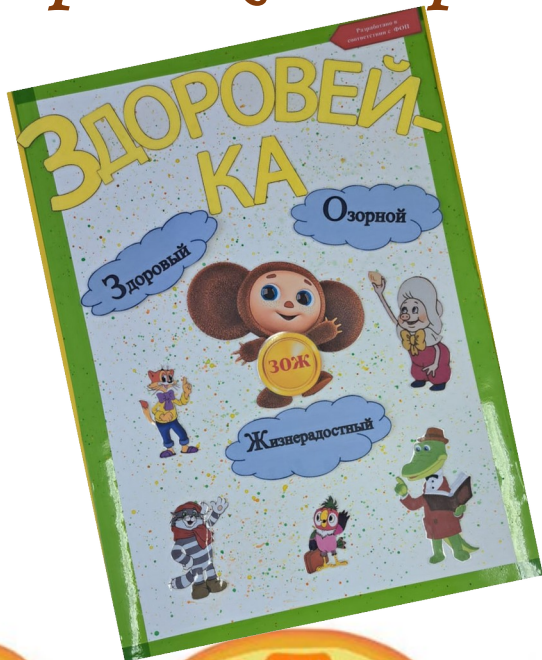
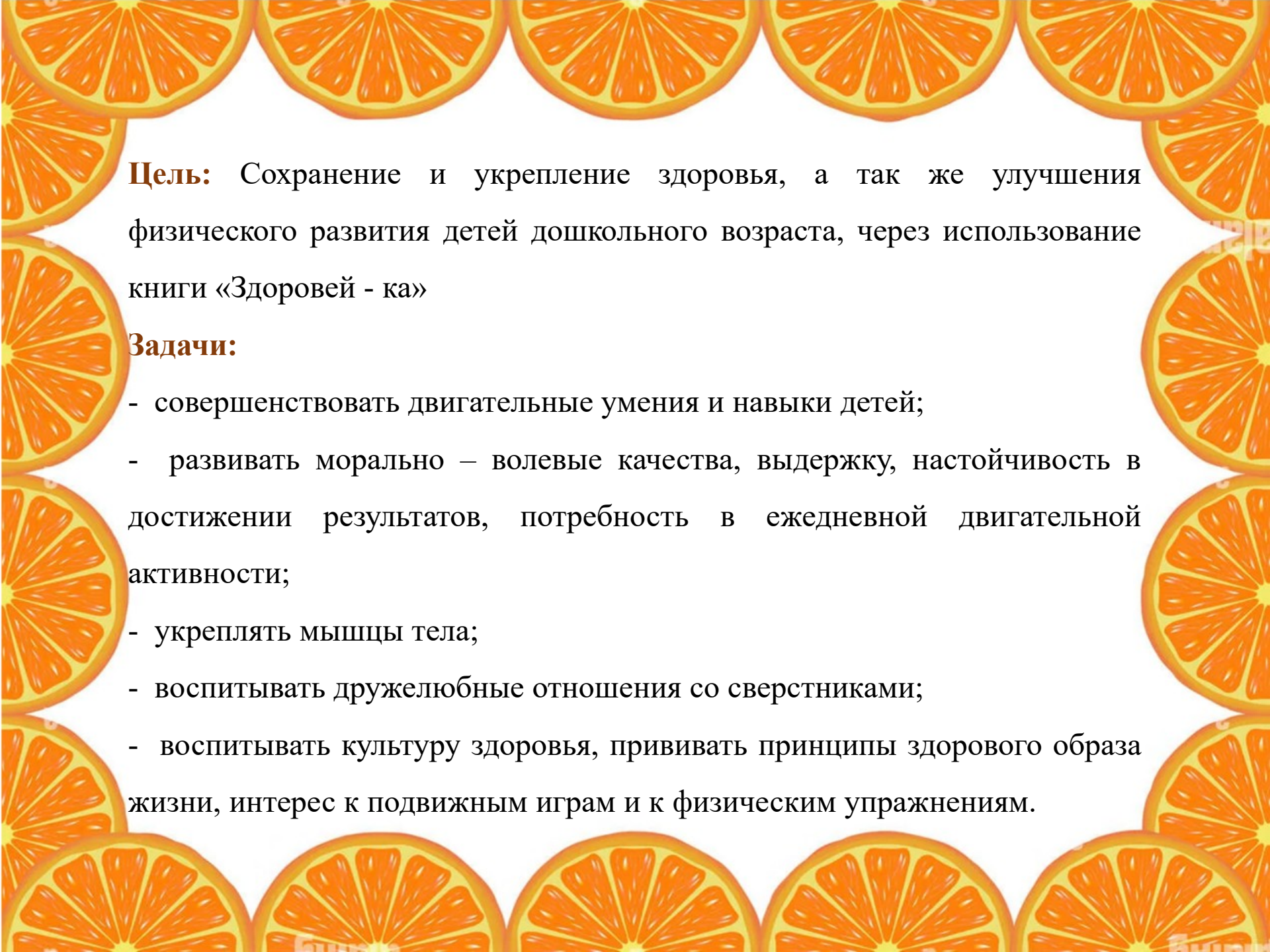


Тезисы к конкурсу педагогических идей
МАДОУ «Детский сад № 34» ГО Верхняя Пышма

Тема: Книга приключений Чебурашки по страничкам здоровья и веселых игр «Здоровей - ка»





Цель: Сохранение и укрепление здоровья, а так же улучшения физического развития детей дошкольного возраста, через использование книги «Здоровей - ка»

Задачи:

- совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- развивать морально – волевые качества, выдержку, настойчивость в достижении результатов, потребность в ежедневной двигательной активности;
- укреплять мышцы тела;
- воспитывать дружелюбные отношения со сверстниками;
- воспитывать культуру здоровья, прививать принципы здорового образа жизни, интерес к подвижным играм и к физическим упражнениям.

Актуальность

Теме здоровья всегда было уделено много внимания в педагогике. Как справедливо отмечал выдающийся советский педагог В.А. Сухомлинский «Я не боюсь еще раз и раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В современной действительности жизнь диктует нам свои условия. Все меняется и призывает нас идти в ногу со временем. Так одной из задач, выделенной в ФОП для детей дошкольного возраста является «расширение представлений о здоровье и его ценности, факторов на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений».

Так же необходимо, чтобы ребенок из объекта для проведения оздоровительных мероприятий превратился в активного участника этого процесса, т.е. научился понимать важность этих процедур для здоровья и осознанно и активно их использовал в повседневной жизни не только в ДОУ, но и дома, а в будущем и в период обучения в школе.

Мы придумали интересный вариант для решения данной задачи, создать книгу «Здоровей – ка», которая будет интересна детям, полезна педагогам, а также их родителям.

Чем же может быть интересна и полезна эта книга?

Для детей:

- с ней можно поиграть;
- почитать сказки, небольшие комиксы;
- выполнять уже знакомые упражнения.

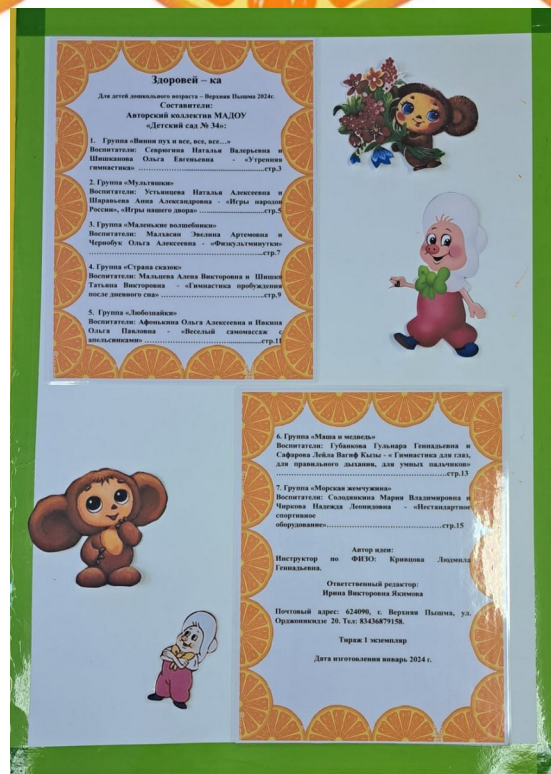


Для педагогов:

- готовые картотеки по возрастам;
- удобна в составлении конспектов занятий и развлечений;
- привлечь и заинтересовать малоактивного ребенка.



Начинается наша книга с веселой обложки, по которой легко определить, что она будет о здоровье и ее главный герой - Чебурашка.



В разработке данного пособия принял участие весь педагогический коллектив нашего детского сада.

Утренняя зарядка



Малыши, малыши —
Дружные ребятки.
Малыши, малыши —
Вышли на зарядку.



Одним из важнейших компонентов двигательного режима детей является утренняя гимнастика. Она направлена на оздоровление, укрепление организма, развитие физических качеств и способностей детей. В удобных кармашках размещены картотеки утренней гимнастики по возрастам, на следующей страничке дети могут узнать для чего нужна гимнастика, почитать сказки и стихи.

Подвижные игры



Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. В подвижных играх ребёнку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Дети учат действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. На страничке картотека игр нашего двора, а также игра ходилка для детей и сборником игр народов России.

Физкультминутки



На следующей страничке приключений, попугай Кеша расскажет Чебурашке о важности физкультминуток. Физкультминутки - это время для веселья, стихов и движения. Чтобы детишки хорошо росли и развивались, им просто необходимы такие чудесные подвижные физкультурные минутки. Физкультурная минутка поможет ребенку отдохнуть от статического напряжения, умственной деятельности, переключится с учебной задачи на движение.

Бодрящая гимнастика после дневного сна



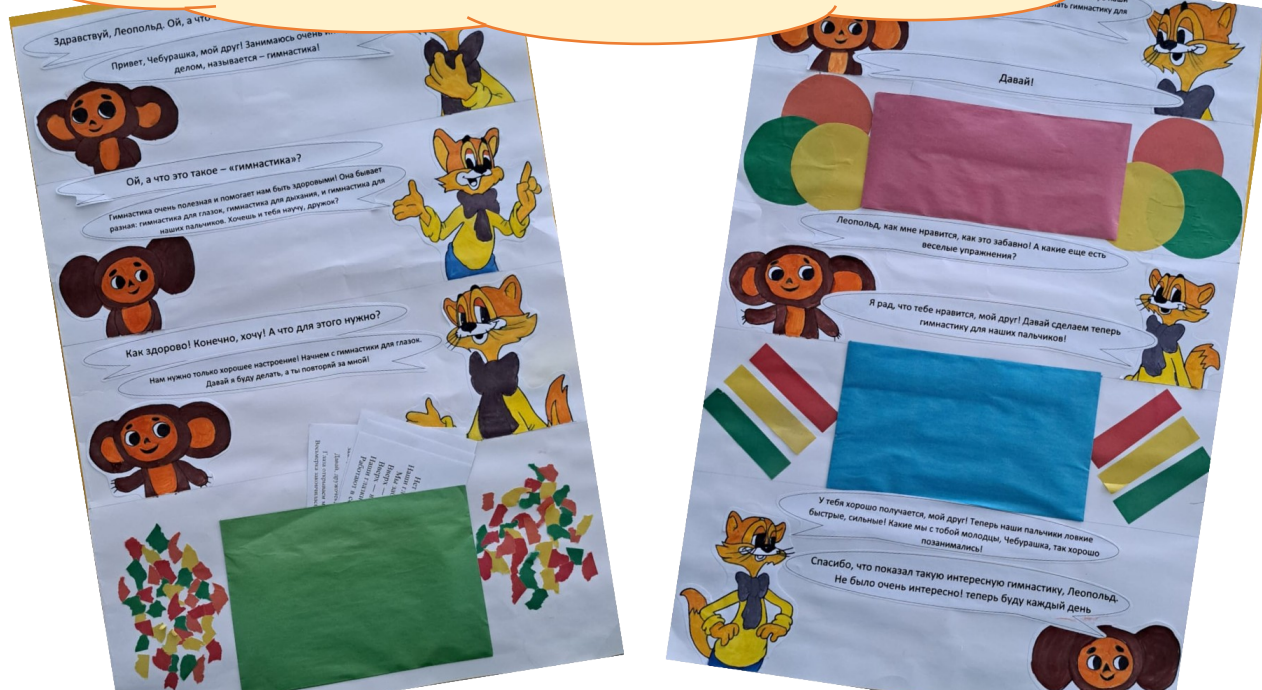
Во время сна все процессы в организме замедляются. Сразу после пробуждения у ребёнка снижена скорость реакции, чувствительность, умственная и физическая работоспособность. Чтобы полностью проснуться ребёнку требуется продолжительное время. Бодрящая гимнастика предназначена для того, чтобы помочь ребёнку быстрее перейти в состояние бодрствования.

Игровой самомассаж



Главная ценность игрового самомассажа заключается в том, что он, прежде всего, влияет на нервную систему малыша, помогает ребенку снять общую усталость, помогает всем органам и системам работать бесперебойно и эффективно, а так же является эффективным средством совершенствования и таких психических функций, как внимание, память (словесно-логическая, моторная, тактильная, эмоциональная, рефлексорная), зрительно-моторная координация, а еще развитие речевой и творческой сфер. Помогает повысить защитные функции организма ребёнка.

Дыхательная и пальчиковая гимнастика. Гимнастика для глаз



На этой страничке путешествий, нас встречает кот Леопольд и рассказывает, что дыхательная гимнастика служит для развития органов дыхания, постановки различных видов дыхания, а также профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Пальчиковая гимнастика способствует развитию взаимосвязи между полушариями головного мозга и синхронизации их работы. Они хороший помощник подготовить детскую руку обучению в школе, письму, а еще пальчиковая гимнастика создает положительные эмоции между взрослым и ребёнком. Гимнастика для глаз, помогает снять напряжение и усталость с глаз, а еще сохранит наше зрение.

Нестандартное физкультурное оборудование



Попав на страничку кота Матроскина, Чебурашка узнает, что из самых обычных крышек, ленточек и других материалов, можно сделать оборудование которое будет развивать физические качества. Это оборудование вносит в каждое занятие с ним элемент необычности, вызывает у детей интерес, создает радостный эмоциональный настрой, помогает делать двигательные задания более наглядными, понятными.

Ребята, здоровейте
вместе со мной и
веселой книжкой
«Здоровей - ка»



A decorative border of orange slices surrounds the central text. The slices are arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page. Each slice is a vibrant orange color with a lighter yellow center, showing the characteristic segments of an orange.

Спасибо за внимание!
До новых встреч!