


# Педагогический совет «Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»

*Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение центр развития  
ребенка – «Детский сад №90 «Надежда»*



# Уважаемые коллеги, предлагаю вам поучаствовать в педагогическом ринге.

В. А. Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

# 1 раунд «Бой эрудитов»

- **1 вопрос.** Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам, педагогам, необходимо знать, прежде всего, что сам термин "здоровье" определяется неоднозначно. Назовите из каких компонентов складывается здоровье?

# *Правильный ответ:*

- 1. Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.
- 2. Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма.
- 3. Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

## 2 вопрос. От каких факторов зависит здоровье дошкольника?



## *Правильный ответ:*

- Статистика утверждает, что на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т. е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.
- Если на первые 50% здоровья мы, педагоги, повлиять не можем, то другие 50% мы можем и должны дать нашим воспитанникам.

### 3 вопрос.

- Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни.

- Перечислите, каким компонентам ЗОЖ следует уделять особое внимание в дошкольном возрасте?

## *Правильный ответ:*

- Занятия физкультурой, прогулки,
- Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, полноценный сон
- Формирование понятия "не вреди себе сам"
- Медицинское воспитание, своевременное посещение врача,



# Здоровьесберегающие технологии в ДОУ:

- Физкультурные занятия;
- Утренняя гимнастика;
- Подвижные игры;
- Двигательно-оздоровительные физминутки;
- Физические упражнения после дневного сна;
- Физкультурные прогулки;
- Спортивные праздники;
- Физкультурные досуги.

# Презентация оздоровительной работы в ДОУ

- Из опыта работы педагогов.

**ЦЕЛЬ НАША ДОЛЖНА  
СОСТОЯТЬ В ТОМ,**

*чтобы сделать из детей не  
атлетов, акробатов или  
людей спорта, а лишь  
здоровых, уравновешенных  
физически и нравственно  
людей.*

*С.Я.Эйнгорн*

# Спасибо за внимание !

