

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад № 216 «Кораблик детства»

«Цветные страницы здоровья»

(Методическое пособие для педагогов и родителей детей дошкольного возраста)



Краснодар 2020

«Цветные страницы здоровья»

В пособии представлен консультативный материал, систематизированный по временам года, для формирования привычки к здоровому образу жизни. Материалы представлены по темам: «Ешьте на здоровье»-о полезной ,здоровой пище, «Здоровье без лекарств»- игры и упражнения, способствующие укреплению здоровья; «Будьте здоровы» информация о профилактике и лечении народными средствами, «Давайте поиграем» - подвижные игры для детей и взрослых; «Поговорим о детях» - консультации о приемах взаимодействия родителей с детьми для обеспечения психологического здоровья; «Это интересно» - стихи, загадки, информация для наблюдений за природой по месяцам, с творческими заданиями для детей. Пособие предназначено для родителей и педагогов ДОО.

Автор составитель:

Кузьменко Е.В., Филоненко Е.В., Баженова С.Г.,Чернецкая С.В. -воспитатели
МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №216 «Кораблик детства»

Рецензент: руководитель учебно-методического центра дополнительного профессионального образования АНПОО «Кубанский ИПО» Л.А. Матвеева

Пояснительная записка
на методическую разработку
«Цветные страницы здоровья»
творческой группы педагогов МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 216»
Кузьменко Е.В., Филоненко Е.В., Баженовой С.Г., Чернецкой С.В.

*«Если хочешь воспитать своего ребенка здоровым,
сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести!»*
В.А. Сухомлинский

Здоровье – главная ценность в жизни, оно занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей человека, здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физического дефекта.

Дошкольное детство – это период, когда наиболее интенсивно происходит развитие ребенка, становление функциональных систем организма, формируются основные черты личности, характера, восприятия себя и окружающих. Одной из основных целей в этот период является формирование привычки к здоровому образу жизни. Ведь гармоничное развитие ребенка в будущем возможно только при условии, что он будет здоровым. Поэтому именно в период дошкольного возраста и должно формироваться психическое и физическое здоровье малыша.

Забота об охране и укреплении здоровья детей является приоритетным направлением политики нашего государства. Так, в последние годы, был разработан и принят целый ряд нормативно - правовых документов, регулирующих деятельность образовательных учреждений и семьи в вопросах охраны детского здоровья. В частности, ФГОС дошкольного образования направлен на решение следующих задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни.

Определяющее влияние на культуру здоровья ребёнка оказывает семья: её образ жизни, привычки и традиции.

Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье, в дошкольном образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребёнка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Так, с целью повышения компетентности родителей и педагогов в вопросах здоровья и физического воспитания в развитии детей творческой группой педагогов было создано методическое пособие «Цветные страницы здоровья»

В методическом пособии систематизирован методический материал по формированию у дошкольников привычки к здоровому образу жизни, материал сборника направлен на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья.

В пособии весь материал представлен в виде консультаций, которые размещены по временам года и месяцам. Каждый месяц представлен разделами: «Ешьте на здоровье» - о полезной, здоровой пище, рецепты вкусных и здоровых блюд для приготовления в домашних условиях. Раздел «Здоровье без лекарств» содержит подборку игр и упражнений, способствующих укреплению здоровья детей и взрослых в разное время года, а также профилактические мероприятия по предотвращению заболеваний. Подборка раздела «Давайте поиграем» собрала подвижные игры для использования их в семье в выходные и праздничные дни. В разделе «Поговорим о детях» представлены консультации о приемах взаимодействия родителей с детьми для обеспечения психологического здоровья. Раздел «Это интересно» поможет в использовании стихов, загадок, а также приметы природы и наблюдений по месяцам, с творческими заданиями для детей. Все материалы в пособии расположены на отдельных цветных страницах, что позволяет легко ориентироваться по времени года, а также копировать страницы для размещения в информационном уголке для родителей.

Пособие адресовано педагогам и специалистам дошкольных образовательных организаций, родителям детей дошкольного возраста, кому небезразлично состояние здоровья детей.