

Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста



"Я не боюсь еще и еще раз сказать:
забота о здоровье - важнейшая
работа воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости
детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера в
свои силы."

В. С у х о м л и н с к и й

Система мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья детей.



Физкультурно – оздоровительная работа



Актуальность.

Оздоровительная работа в последнее время приобретает особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе детей. По данным НИИ социальной гигиены и организации здравоохранения, в России только 40% детей можно считать здоровыми.

Цель :

- Сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения как к собственному здоровью так и здоровью окружающих.

Задачи.

- Проанализировать внешние и внутренние факторы, влияющие на здоровье воспитанников;
- Сформировать у детей адекватное представление об окружающем человеке (о строении собственного тела);
- Научить «слушать» и «слышать» свой организм;
- Осознать самоценность своей и ценность жизни другого человека;
- Формировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни;
- Использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе.

Как быть?.

- - создать необходимые условия для организации деятельности ДОО по формированию у детей основ здорового образа жизни;
- - скоординировать деятельность по формированию здорового образа жизни у детей между родителями, сотрудниками ДОО;
- - заинтересовать родителей проблемой укрепления и сохранения здоровья ребёнка;
- - совершенствовать исследовательскую деятельность детей;

Участники :

- воспитатели ДОУ
- администрация
- дети
- родители
- учитель – логопед,
- музыкальный руководитель,
- медицинская сестра,
- инструктор по физическому развитию.

Первый этап - подготовительный

- подобрать методическую, научно- популярную литературу, иллюстративный материал по данной теме;
- привлечение внимания педагогов, медицинских работников, родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста;
- создание материальной базы;
- анализ внешних и внутренних факторов, влияющих на здоровье воспитанников;
- динамика заболеваемости детей;

Второй этап – основной.

- проведение консультаций «Растим детей крепкими, здоровыми и жизнерадостными»;
- разработка комплекса мероприятий;
- разработка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни воспитанников;
- организация работы с родителями;
- организация сотрудничества с объектами социума.

Третий этап.

- ✓ Проведения праздников «День здоровья», «Летние олимпийские игры» и т. д;
- ✓ Анализ результативности: анкетирование, психолого-педагогические наблюдения;
- ✓ Анализ результатов динамики заболеваемости воспитанников;
- ✓ Корректировка дальнейшей работы с семьей по сохранению и укреплению здоровья дошкольников;

Обобщение опыта

- **ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК НА ЗАНЯТИЯХ», «ЗАКАЛИВАЮЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ДОУ».**
ПЕДСОВЕТ «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ».
СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК « ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ».
СЕТЕВОЕ СООБЩЕСТВО . КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ « ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ».

Информационные источники

- программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Р. Стеркиной, Н.Авдеевой, О. Князевой;
- программа «Я и мое тело» С.Е. Шукшина;
- «Игровой массаж» – методики А. Уманской и К. Динейки;
- региональная программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т. Э. Токаевой;
- программа развития и воспитания детей в детском саду под редакцией Логиновой В.И.



Спасибо за внимание!