




**Отчет по самообразованию  
воспитателя Исаченко Г.Н.  
ТЕМА: «Формирование основ здорового  
образа жизни детей 5 лет»**



Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ "Об образовании", "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения"; а также Указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации", "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации" и др.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Значение культа здоровья значительно возрастает. 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".



## 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

- сформировать у детей адекватное представление об окружающем человеке (о строении собственного тела) ;
- помочь ребенку создать целостное представление о своем теле,
- 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;
- привить навыки профилактики и гигиены, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников;
- развивать охранительное самосознание, воспитывать уважение к жизни другого человека, умение сочувствовать, сопереживать чужой боли;
- научить ребенка обращаться с опасными для здоровья веществами;
- формировать правильное поведение выполнения всех видов деятельности;

# Изучение методической литературы

1. Н.Н.Доронова «Вместе с семьей»
2. И.С.Нежина «Охрана здоровья детей дошкольного возраста»
3. Воробьева М «Воспитания здорового образа жизни у дошкольников»
4. Савельева Н.Ю. «Организация оздоровительной работы в ДОУ»
5. Веремнович Л. «Закаливание детей в современных условиях»
6. Маханева М. «Новые подходы к организации физического воспитания»
7. Юматова А. «Формирования здорового образа жизни дошкольников»
8. Кониная Е.Ю. «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей»
9. Лукьянов М.О. «Моя первая книга»

После отбора необходимого содержания из методик я составила перспективное планирование работы по обучению детей формированию основ здорового образа жизни. Содержание перспективного планирования объединено в 3 тематических блоков.

1 блок «Я человек»-формировать представление о себе, как отдельном человеке.

2 блок «Я осваиваю гигиену и этикет»- учить детей сохранять и укреплять своё здоровье, развивать эмоциональную сферу , формировать гармоничную личность.

3 блок «Я расту здоровым»-формировать потребность в двигательной активности детей.

Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно - практического опыта.



# Методическая литература



## Консультации для родителей

1. «Приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни».
2. «Воспитание основ гигиенической культуры и приобщение к здоровому образу жизни»
3. «Профилактика простудных заболеваний у детей».
4. «Роль прогулки в здоровье ребенка»
5. «Витамины зимой»

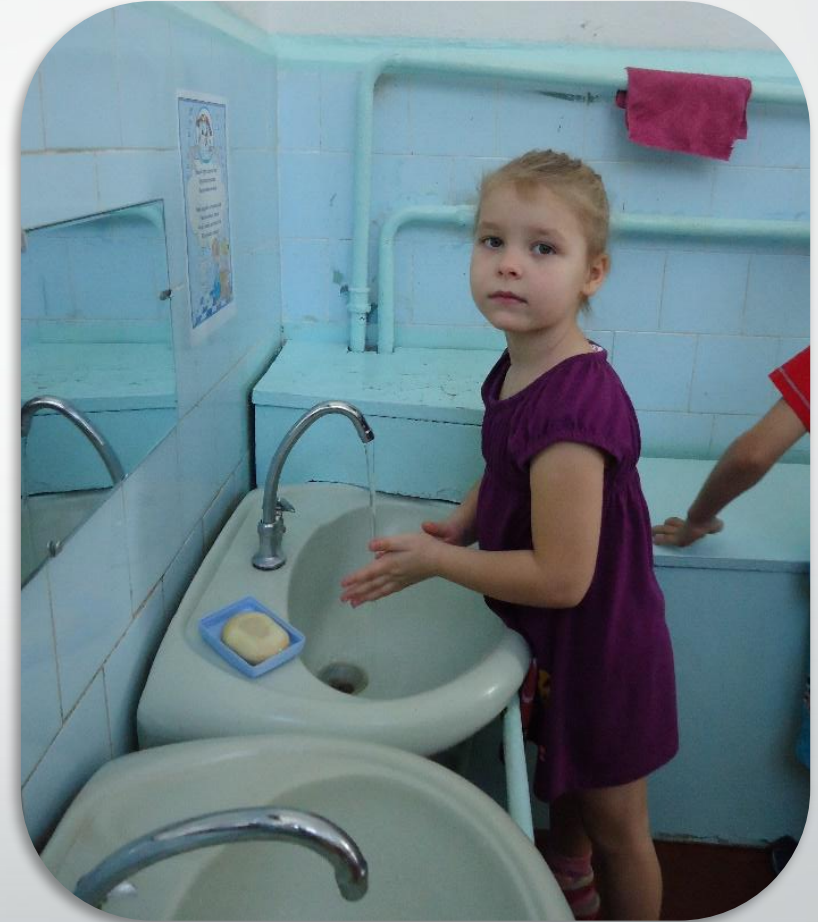




# ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ



**МОЕМ РУКИ ЧИСТО, ЧИСТО!**





# ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!





# МИКРОБАМ В НАШЕМ ДОМЕ МЕСТА НЕТ!



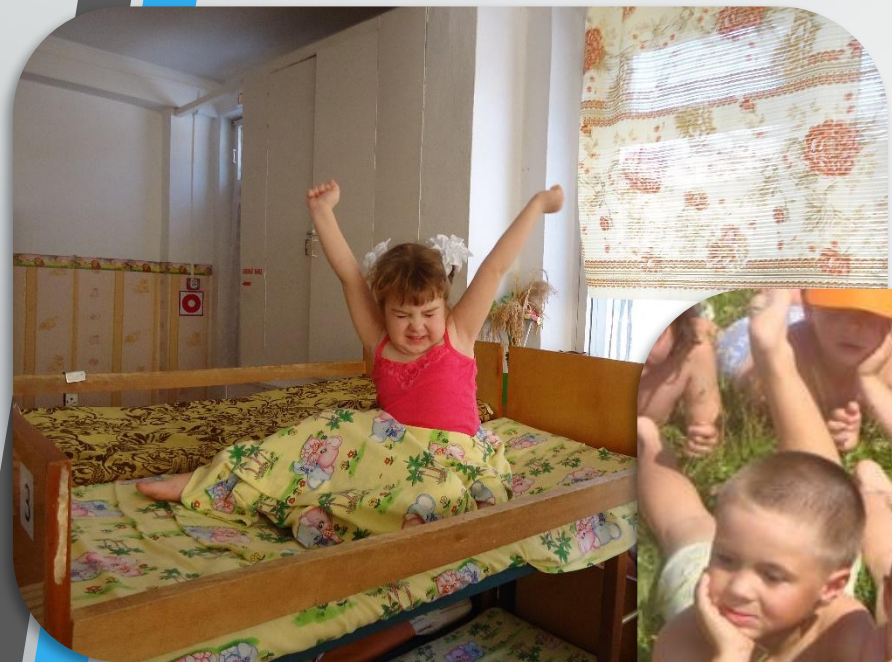


# ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ!





# Закаливание укрепляет организм



# Перспективы на следующий год

1. Оформить проект по теме: «Будь здоров»;
2. Продолжить работу по пополнению картотеки дидактических игр по теме: «Здоровый образ жизни».
3. Продолжать совместную работу с родителями по этой теме.



# Здоровье – залог радостной и счастливой жизни

