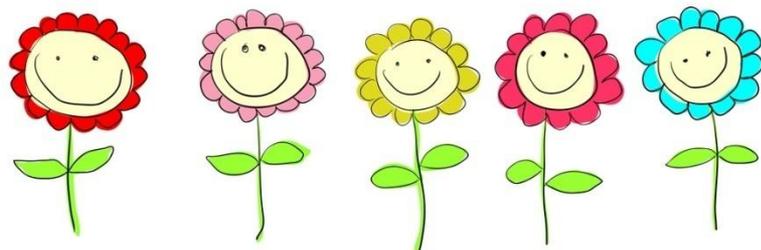


**Педагогический совет**

**Формирование привычки  
к здоровому образу жизни  
у детей дошкольного возраста**



ноябрь 2010 г.

## ***Повестка дня:***

1. «Формирование у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью» - *вступительное слово старшего воспитателя*
2. Защита модели «Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста» - *команды педагогов по возрастному составу детей*
3. Реклама здорового образа жизни
4. Выработка решения педсовета

# «Формирование у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью»

Детский сад и семья призваны в дошкольном детстве заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы

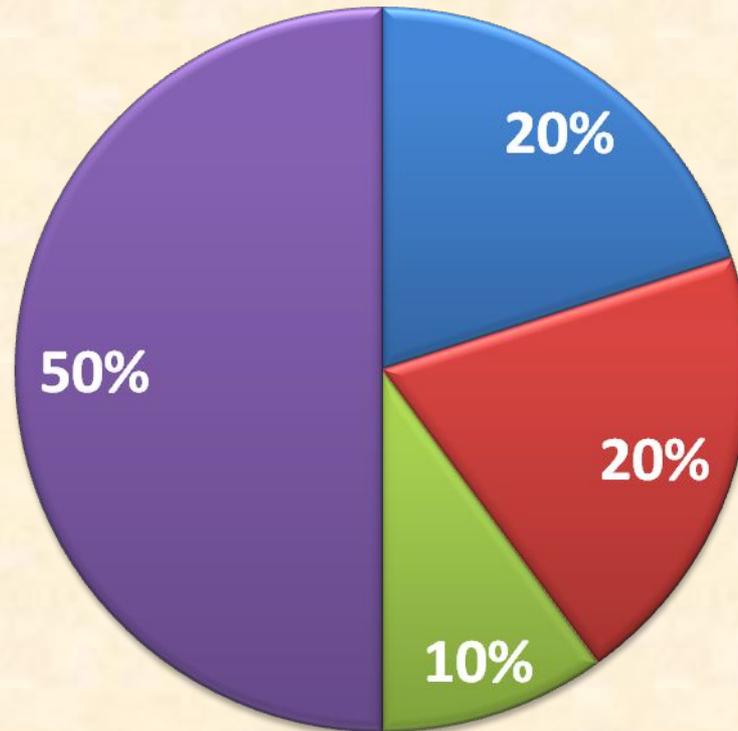
Воспитателям необходимо знать, что сам термин «здоровье» определяется неоднозначно

Само состояние здоровья формируется в результате **взаимодействия** внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов

# Несколько компонентов здоровья

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
4. **Нравственное здоровье** – основу определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе

## От чего зависит здоровье ребёнка?



- наследственные факторы
- условия окружающей среды
- деятельность системы здравоохранения
- сам человек

## **Педагогические задачи:**

- дать ребёнку возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму;
- развить у него самостоятельность и ответственность;
- дать ему возможность применять полученные знания, умения в реальной жизни

## **Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:**

- Занятия физкультурой, прогулки;
- Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна;
- Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды;
- Бережное отношение к окружающей среде, к природе;
- Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций;
- Формирование понятия "не вреди себе сам"

## Отношение детей к своему здоровью на разных возрастных этапах

- **Дети младшего дошкольного возраста** понимают, что такое болезнь. Но ещё не могут дать здоровью самую элементарную характеристику. Вследствие этого никакого отношения к нему у них не складывается
- **В среднем дошкольном возрасте** формируется представление о здоровье как «не болезни». Но что, значит, быть здоровым и чувствовать себя здоровым, они объяснить ещё не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному.
- **В старшем дошкольном возрасте** благодаря возрастанию опыта личности отношение к здоровью существенно меняется. В этом возрасте дети начинают выделять и психическую, и социальную компоненты здоровья. Но в целом отношение к нему у детей старшего дошкольного возраста остается достаточно пассивным.

## **Формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни будет успешным, если:**

- определено содержание понятия «здоровый образ жизни»;
- спроектирована педагогическая технология, включающая в себя формы, методы, условия, диагностику;
- разработана модель по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста



Желаю творческих успехов

**Будьте здоровы!**

