



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА
ВТОРОЙ КАТЕГОРИИ № 32.**



Опыт работы по привитию
здорового образа жизни у детей
дошкольного возраста

**воспитателя первой
квалификационной категории
МБДОУ д/с № 32
Коломоец Л.И.**

Проблема:

Последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья подрастающего поколения. И поэтому все понимают, что необходимо с дошкольного возраста научить ребенка самостоятельно заботиться о своем здоровье и в современной методической литературе данному вопросу уделяется большое внимание, но все дети разные и именно поэтому необходимо найти индивидуальный подход к каждому ребенку, заинтересовать его, побудить желание заботиться о своем здоровье



Цель:

Создавать условия для формирования у ребенка позиций созидателя в отношении своего здоровья.

.

Задачи:

- Формировать потребность в здоровом образе жизни.
- Формировать представление детей о зависимости здоровья, от двигательной активности и закаливания.
- Воспитывать сознательное отношение к собственному здоровью и использовать доступные способы его укрепления.
- Расширять у детей представления и знания об организме человека и его возможностях.
- Познакомить детей со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека, закреплять представление о духовно-нравственных основах здоровья.



Создание системы работы по привитию норм ЗОЖ в нашем ДОУ
1 этап: изучение НПД дошкольного образования, инновационных программ, технологий, методических рекомендаций педагогов занимающихся разработкой данной проблемы (В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров, Н.А. Авдеева).

2 этап: разработка модели совместной работы участников образовательного процесса по интеграции образовательных областей для привития здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

3 этап: создание условий для формирования представлений детей о себе и навыках здорового образа жизни, разработка перспективного плана, подбор методов и приемов и т.д.

4 этап: определение результативности представления детей

В основном документе дошкольного образования ФГТ указанная проблема решается освоением образовательной области: «Здоровье»,

Содержание психолого-педагогической работы в дошкольном возрасте

**Сохранение и укрепление
психического и физического
здоровья детей**



**Воспитание культурно-
гигиенических навыков**

**Формирование начальных
представлений о здоровом
образе жизни и правилах
безопасного поведения**

Для успешного
решения проблемы
необходимо
соблюдать принцип
интеграции
образовательной
области «Здоровье»
с другими
образовательными
областями

- Здоровье
- Физическая культура
- Познание
- Коммуникация
- Труд
- Безопасность
- Музыка
- Чтение художественной литературы
- Социализация
- Художественное творчество

Привитие норм
ЗОЖ



Для привития ребенку норм ЗОЖ необходимо создать оптимальную здоровьесберегающую среду, что позволит успешно добиться положительных результатов в данной проблеме

Основные условия обеспечения здоровьесберегающей среды в дошкольном учреждении

1. **Коррекция эмоциональных детско-родительских отношений.**
2. **Создание в детском саду комфортной эмоциональной среды через обеспечение системы положительных взаимоотношений между:**
 - педагогами и родителями;
 - педагогом и детьми;
 - детьми в группе.
3. **Активная позиция педагога в самосовершенствовании, в деятельности, направленной на укрепление собственного здоровья.**
4. **Создание условий для доброжелательных взаимоотношений детей со сверстниками.**
5. **Обеспечение базовой потребности ребенка в движении.**

На основании изученных документов была разработана

Модель совместной деятельности педагога с детьми в режимных моментах с использованием различных видов деятельности в основу которых положена игровая мотивация



<i>Работа утром:</i>	<i>Образовательная деятельность:</i>	<i>Прогулка:</i>	<i>Дневной сон:</i>	<i>Пробуждение после сна:</i>	<i>Работа вечером:</i>	<i>Работа родителей с детьми:</i>
Утренний прием детей на улице, игры. Проведение утренней гимнастики и физкультурных занятий в облегченной форме одежды. Обтирание тела жесткой варежкой. Минутка всестороннего ознакомления с фруктами и злаками. Полоскания горла травяными и солевыми растворами.	с элементами ЗОЖ, физминутки, психогимнастика, посещение фитобара, бассейна.	походы, экскурсии, работа на участке цветнике. Игры с водой, песком, снегом. Наблюдение.	минутки релаксаций, сон с доступом свежего воздуха.	гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры: умывание и обливание рук по локтевой сустав, прохладной водой. Ходьба босыми ногами по рефлекторным дорожкам.	беседы и дидактические игры по теме ЗОЖ. Свободная продуктивная деятельность.	совместные походы, развлечения, посещение спортивных кружков, праздники, прогулки, оздоровительные игры.

ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ПРИВИТИЮ НОРМ ЗОЖ В МБДОУ

Беседы педагога о ЗОЖ(проблемные ситуации)
Чтение худ.и познавательной



Просмотр познавательных передач



Проведение непосредственно образовательной деятельности по теме ЗОЖ



Физкультурные непосредственная образовательная деятельность

Системное выполнение гигиенических процедур, Закаливание, Гимнастика пробуждения, хождение по рефлексорным дорожкам



Игровая деятельность по теме ЗОЖ, ОБЖ



Работа с родителями

Базисом здоровья ребенка является его эмоциональное благополучие, поэтому именно коррекция детско-родительских отношений стала первым шагом на пути решения нашей задачи

Единственный возможный путь в реальном эмоциональном сближении родителей и детей – это включение их в разнообразную совместную деятельность: игровую, изобразительную, трудовую, проектную, музыкальную и другие.



СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ

Создаются благоприятные условия не только для физического развития, укрепления здоровья всех участников, но и для формирования между родителями и детьми отношений основанных на любви, взаимопонимании, творчестве



«Здоровый педагог – здоровые дети».

Педагог на личном примере показывает детям как хорошо быть здоровым. Реализация этой идеи предполагает организацию системы оздоровительной работы в образовательном учреждении не только с детьми, но и с педагогами.

В систему оздоровительной работы входят такие формы и методы как:

- совместные туристические походы,**
- оздоровительная гимнастика,**
- хоровое пение,**
- беседы с врачами,**
- психологические тренинги,**
- танцы и др.**

