

Активные методы формирования у дошкольников ценностей здорового образа жизни.

**Подготовила
воспитатель ГБДОУ д/с № 135
г. Санкт-Петербурга
Соловьева Ю.А.**

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»;
- 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.
- ФГОС ДО в числе основных задач поставленных перед ОУ выдвигает следующие: *«охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия», а также «формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни...»*

Согласно ФГОС ДО, одно из направлений развития и образования детей (образовательная область «Физическое развитие») помимо прочего включает в себя *«становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).»*

- Требование проф.стандарта (ПРИКАЗ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» к умению педагога *разрабатывать и применять современные технологии по «формированию у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни».*

«Здоровье есть высочайшее богатство человека.»

Гиппократ

«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».

В.А.Сухомлинский

«Здоровье – это вершина, которую должен каждый покорить сам.»

(восточная мудрость)

КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВЬЯ

СОМАТИЧЕСКИЙ

ИНДИВИДУАЛЬН
О-
ПСИХИЧЕСКИЙ

ЗДОРОВЬ
Е

ДУХОВНО-
НРАВСТВЕННЫЙ

СОЦИАЛЬНО-
ЛИЧНОСТНЫЙ



Что влияет на

зд е?
ЗДОРОВЬЕ

**ПРИРОДНЫЕ
ФАКТОРЫ**

**ВНЕШНИ
Е**

Экология,
условия
жизни

ВНУТРЕННИЕ

Пол,
возраст,
наследствен-
ность,
индивидуаль-
ные
особенности

**СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ
ФАКТОРЫ**

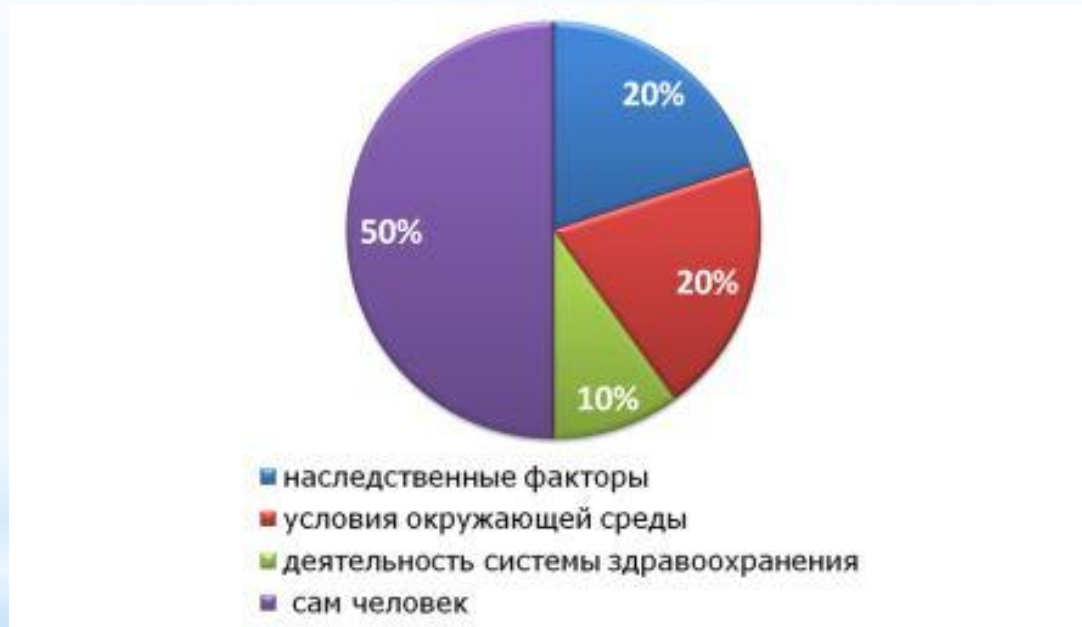
**ВНЕШНИ
Е**

Социальные
условия,
эмоциональна
я атмосфера
среды

ВНУТРЕННИЕ

Ценностные
смыслы,
идеалы,
психологичес-
кие установки

От чего зависит здоровье ребенка



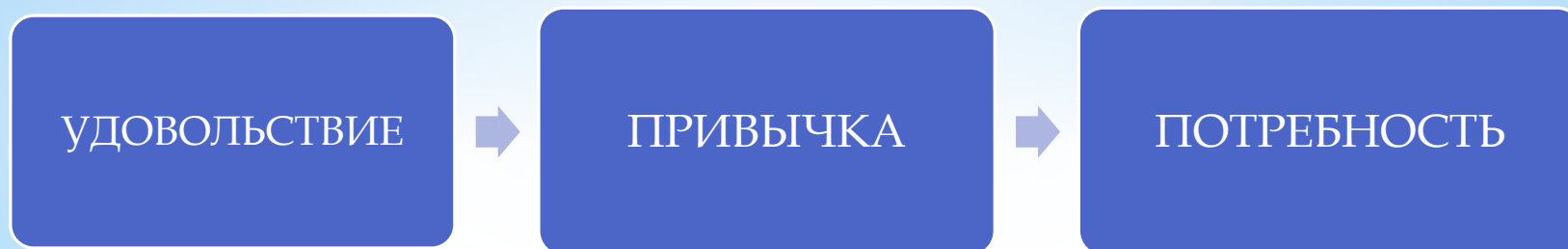
Приоритетной задачей по укреплению здоровья детей в детском саду является формирование у них привычек здорового образа жизни.



Здоровый образ жизни – это рациональный образ жизни, неотъемлемой чертой которого является активная деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья.

Главная задача дошкольных учреждений – выработать у детей разумное отношение к своему организму, привить необходимые санитарно-гигиенические навыки, научиться вести здоровый образ жизни с раннего детства. Для того, чтобы эта работа стала инструментом оздоровления, она должна приносить удовлетворение.

АЛГОРИТМ ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЛЯ РЕБЁНКА



Педагогические задачи:

- Дать ребенку возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму
- Развить у него самостоятельность и ответственность
- Дать ребенку возможность применять полученные знания и умения в реальной жизни



Система закаливающих мероприятий в ду

- оздоровительные прогулки,
- сон с доступом свежего воздуха,
- контрастные воздушные ванны с выполнением упражнений;
- обширное умывание прохладной водой из-под крана (до локтей, а затем и до плеч);
- хождение босиком после сна по «дорожке здоровья» с использованием физических упражнений;
- воздушные ванны до и после сна, во время утренней гимнастики, на занятиях по физической культуре,
- соблюдение режима



Средства личной гигиены



Личная гигиена

гигиена жилища

гигиена кожи

гигиена питания

гигиена воды

гигиена одежды



ВАЛЕОЛОГИЯ

или
здоровый малыш

**зубы,
зрение,
слух**



ВСЕГДА
ЗНАЮ

Гигиена и хорошее здоровье **часть 1**

Валеология

Или здоровый малыш

Зубы
Зрение
Слух
Сон
Питание
Кожа



с 4 лет

В комплекте 12 больших карт и 72 разрезные карточки с хорошими и плохими примерами поведения.

Обучающая игра-лото



ВАЛЕОЛОГИЯ

**кожа,
питание,
сон**



Гигиена и хорошее здоровье



Двигательная активность в течении



Формы взаимодействия с семьёй.

- ✓ Анкетирование
- ✓ Ознакомление с системой оздоровительной работы в ДОУ
- ✓ Индивидуальные беседы и консультации по физкультурно-оздоровительной работе
- ✓ Папки-передвижки, наглядный материал в уголок для родителей, рекомендации по теме «Походы выходного дня»
- ✓ Совместные спортивные праздники и досуги
- ✓ Привлечение родителей к участию в проектах по воспитанию у детей привычек здорового образа жизни.



Будьте здоровы!

**Спасибо за
внимание!**

