Консультация для воспитателей

Модель приобщения дошкольников к здоровому образу жизни — как одно из условий формирования безопасного детства

Здоровье человека всецело зависит от образа его жизни, поведения. Вот почему так важно с детства научить ребенка бережно относиться к самому себе, сохранять, развивать, приумножать то, что дано самой природой. Важно научить ребенка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни. Как же укрепить и сохранить здоровье наших детей? Как привить ему навыки здорового образа жизни? Найти ответ на эти и другие вопросы должны совместно дошкольное учреждение и семья, используя различные формы работы.

Формирование здоровья дошкольников является приоритетным направлением педагогической деятельности и основными задачами детского сада, где ребенок проводит максимальное количество времени.

Решение задач обеспечения безопасного, здорового образа жизни возможно лишь при постоянном общении взрослого с ребенком на равных: вместе ищем выход из трудного положения, вместе обсуждаем проблему, ведем диалог, вместе познаем, делаем открытия. Так рождается выработка человеческих ценностей у детей, таких как здоровье, ответственность за себя, выбор правильного поведения в различных жизненных ситуациях.

Приобщать детей к здоровому образу жизни следует с создания педагогических условий – с содержания и организации учебно-воспитательного процесса.

Воспитателям детского сада, предлагаю модель педагогического взаимодействия, которая состоит из семи маршрутов. «Маршрут здоровья» - это отрезок времени в режиме дня содержанием которого является деятельность педагога и детей по формированию, начальных представлений о здоровом образе жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), и умением реализовывать их доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку и т.д).

Система работы с детьми предполагает различные формы, средства, методы и приемы формирования основ здорового образа жизни у дошкольников.

Цель:

становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задачи:

* сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия
* формирование у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания
* обогащение двигательного опыта детей, развитие физических качеств, поддержка потребности в самостоятельной двигательной активности
* приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимодействия со сверстниками и взрослыми
* установление партнерских взаимоотношений с родителями воспитанников в процессе формирования начальных представлений у детей о здоровом образе жизни

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Маршрут** | **Содержание маршрута** | **Формы работы** |
| «Доброе утро» | Создание положительного настроя у ребенка на проживание всего дня в детском саду. | Приветствия, ситуативные разговоры, стихи и песенки, коммуникативные и оздоровительные игры |
| «Все сумею, все смогу» | Создание благоприятного эмоционального фона, способствующего непрерывности воспитательного процесса в формировании навыка осознанных действий, а затем и привычек,  культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей. | Четкий режим дня,  организованная обстановка,  игровые действия с персонажем, рассматривание иллюстраций, книг |
| «Забочусь о своем здоровье» | Создание условий для формирования у воспитанников  элементарных знаний о строении человеческого тела, о значении организма; для обучения детей уходу за своим телом, навыками оказания первой элементарной помощи; представлений о том, что полезно, а что вредно для организма, изучение причин возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности. | Познавательные игры – занятия,  дидактические игры и упражнения,  познавательные действия с таблицами, моделями, беседы,  чтение художественной литературы, просмотр видеофильмов и презентаций |
| «Мы прогулку любим очень,  каждый быть здоровым хочет!» | Создание условий для формирования двигательных умений и навыков, развитие двигательной активности детей | Наблюдения, подвижные игры, эстафеты, обыгрывание безопасных ситуаций на прогулке |
| «Сонная сказка…» | Создание условий для обеспечения отдыха после длительного периода активного бодрствования, а также накопления ребенком сил и энергии для дальней деятельности во второй половине дня. | Стихи, потешки, спокойная расслабляющая музыка, сказки. |
| «Оздоровительно-игровой час» | Создание условий для проведения комплекса мероприятий, облегчающих переход от сна к бодрствованию | Пробуждающая гимнастика  ходьба по дорожкам здоровья  массаж активных точек  подвижные игры, дыхательная гимнастика. |
| «Здоровая семья» | Мероприятия для повышения компетентности родителей в вопросах воспитания здорового ребёнка, направленных на формирование у них мотивации здоровья. | Консультации, беседы, совместные развлекательные мероприятия. |

В работе с родителями по маршруту «Здоровая семья» следует сделать упор на обмен опытом по пропаганде здорового образа жизни, на знакомство с проводимой работой в домашних условиях.

Основная задача педагогов в ходе взаимодействия с родителями - формирование положительного отношения к сотрудничеству.

Задача воспитателей состоит не только в том, чтобы оберегать и защищать ребёнка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с различными сложностями, а порой и опасными жизненными ситуациями. Ведь уберечься от опасности может только достаточно сильный и здоровый человек. Главная наша задача – продолжать помогать детям, выбрать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни и безопасности.

Воспитатель: Яр Е.П.