

Педсовет № 2, 30 10.2019 г.

«Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста»

Повестка дня:

1. Выполнение решений предыдущего педсовета.
2. Обоснование постановки проблемы о значении здоровья в жизни детей и взрослых в соответствии с ФГОСДО.
3. Итоги тематического контроля «Изучение системы работы по формированию ЗОЖ у дошкольников посредством введения современных образовательных технологий».
4. Защита проектов «Движение + движение = формула здоровья».
5. Домашнее задание: презентация новых технологий оздоровления.
6. Текущие вопросы. Изучение новинок методической литературы.
7. Презентация опыта работы Галиной Р.С.

«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В. А. Сухомлинский

Детям так же, как и взрослым,

Хочется быть здоровыми и сильными,

но они не знают, что для этого надо делать.

Объясним им, и они будут беречься.

Януш Корчак

Актуальность

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. В федеральном государственном образовательном стандарте огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие любого общества.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Формирование у ребенка осознанного отношения к своему здоровью.

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (*природных и социальных*) и внутренних (*наследственность, пол, возраст*) факторов. Выделяется 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 которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. В соответствии с ФГОС ДО: "Здоровьесберегающая компетентность позволит заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности; владеть двигательными навыками, социального отношения к собственному здоровью, понимание того, что здоровье - главная ценность дарованная человеку природой, развитие двигательной активности и формированию физических качеств".

Цель работы по формированию основ здорового образа жизни и основ безопасности жизнедеятельности у детей дошкольного возраста

Придание оздоровительной направленности всей организации жизнедеятельности ребенка в детском саду.

Формирование осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни.

Накопление знаний о здоровье, обретение умений и навыков, поддерживающих и сохраняющих здоровье.

Формирование у детей элементарных знаний о человеческом организме и бережном отношении к своему здоровью.

Донести правила личной безопасности до детей дошкольного возраста;

Выработать потребность в соблюдении правил безопасности на дорогах, в быту или в других экстремальных ситуациях.

Применительно к ребенку:

обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека.

знание о здоровье и умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

валеологическую компетентность, позволяющую дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

умение оказать элементарную медицинскую, психологическую самопомощь и помощь.

Применительно к взрослым –

содействие становлению культуры здоровья.

валеологическое просвещение родителей.

формирование основ ЗОЖ осуществляется через занятия, в совместной деятельности педагога, через режимные моменты; игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность детей.

Физкультурно – оздоровительная деятельность включает в себя:

Создание системы двигательной активности в течение дня:

утренняя гимнастика (*ежедневно*);

физкультурные занятия (*3 раза в неделю*);

музыкально – ритмические занятия (*2 раза в неделю*);

прогулки с включением подвижных игр;

оздоровительный бег (*ежедневно*);

пальчиковая гимнастика (*ежедневно во время режимных моментов*)

зрительная, дыхательная, корригирующая гимнастика на соответствующих занятиях)

оздоровительная гимнастика после дневного сна (*ежедневно*);
физкультминутки и паузы (*на малоподвижных занятиях, ежедневно*);

эмоциональные разрядки, релаксация;

ходьба по массажным коврикам, песку, гальке (*восхождение*);
спортивные досуги, развлечения, праздники (*1 раз месяц*)
Дни здоровья (*с привлечением родителей*) – 1 раз в квартал.
Летняя оздоровительная площадка.

Методические приемы для формирования ЗОЖ:

рассказы и беседы воспитателя;

заучивание стихотворений;

моделирование различных ситуаций;

рассматривание иллюстраций, сюжетных, предметных картинок, плакатов;

сюжетно-ролевые игры;

дидактические игры;

игры-тренинги;

игры-забавы;

подвижные игры;

психогимнастика;

пальчиковая и дыхательная гимнастика;

самомассаж;

физкультминутки.

Результаты работы по обучению дошкольников навыкам здорового образа жизни и основ безопасности жизнедеятельности

1. Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.

2. Взаимодействие специалистов ДОУ с организациями физкультурно-оздоровительной работы.

3. Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.

4. Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.

5. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье.

6. Улучшение и сохранение показателей здоровья воспитанников.

Формирование здоровой личности дошкольника возможно при обеспечении действенной взаимосвязи физического воспитания с целенаправленным развитием его личности в специально созданной и гигиенически организованной социальной среде, способствующей развитию самоуправления, автономности, адекватности самооценки.

На протяжении дошкольного возраста при соответствующей воспитательной работе наблюдается позитивная динамика отношения ребенка к своему здоровью.

Возраст с 4 до 7 лет является наиболее благоприятным периодом формирования осознанного отношения детей к своему здоровью и физическим возможностям.

Важнейшей предпосылкой формирования у ребенка позиции созидателя по отношению к своему здоровью является наличие у него потребности в здоровом образе жизни, которая формируется при соблюдении ряда специфических условий, одним из которых является рефлексия ребенком своих физических возможностей и их взаимосвязи с состоянием здоровья.

Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье, физической культуре безопасности жизнедеятельности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.

Приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.

Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.

Сейчас представляю слово педагогам для защита проектов «Движение + движение = формула здоровья».

(выступление педагогов).

Настало время познакомиться с новинками методической литературы по данной теме:

Первая книга - **Татьяна Карпова: Формирование здорового образа жизни у дошкольников.** Планирование, система работы. ФГОС ДО - Детский сад в условиях перехода к ФГОС должен и может стать "средой здоровья", где любая деятельность: учебная, спортивная, досуговая, прием пищи и двигательная активность - будет способствовать воспитанию у детей привычек и потребностей к укреплению своего здоровья.

Предлагаемая система занятий по программе "Наша традиция - быть здоровыми!", отражающей содержание образовательной области "Здоровье", и проект социально-личностного развития дошкольников, раскрывающий систему работы интегративных областей "Социализация", "Коммуникация", "Музыка", "Познание" в рамках ФГТ, помогут выявить проблемы в общении родителей и детей и найти совместные пути их решения через использование игровых и двигательных методик, телесной терапии.

Вторая новинка в библиотеке нашего ДОУ - **Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет** - Грамотно написанная методичка. Очень много практических рекомендаций. Реальная помощь для планирования и проведения занятий по ВАЛЕОЛОГИИ. В пособии представлены разнообразные формы работы с детьми от беседы до презентации детского альбома «Здоровый образ жизни».

Также приобретены иллюстрированные пособия для детей – «Мое тело», «Будь осторожен на воде», «Будь осторожен с опасными предметами». – надеюсь они помогут Вам в работе над данной темой.

В заключении работы нашего педагогического совета выступление с презентацией работы кружка «Здоровячок» Галиной Р.С

Решение педагогического совета:

Через родительские собрания и информационные стенды продолжать пропагандировать здоровый образ жизни среди родителей.

Продолжать внедрять в практику работы современные здоровьесберегающие технологии.

Пополнять физкультурный зал и физкультурные уголки в группах современным спортивным оборудованием.