

РЕСПУБЛИКА БУРЯТИЯ
Комитет по образованию г.Улан-Удэ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №70 «Солнышко» комбинированного вида
670031, г. Улан-Удэ, ул. Солнечная 15а, тел. 41-59-91, 43-51-34

**Семинар для педагогов МБДОУ № 70 «Солнышко»
«Создание условий для здорового образа жизни»**

**«Особенности формирования ЗОЖ в дошкольном возрасте
с учетом ФГОС ДО, требований программы».**

Подготовила: Кондратьева
Л.А.Дата проведения: 31.10.2018г.

Улан-Удэ, 2018г.

Здоровье населения - показатель благополучного общества, одно из условий социального, культурного и экономического развития страны. Проблема здоровьесбережения населения, особенно детей, - приоритетная задача государства. И решаться она должна на уровне дошкольного образования.

Педагоги дошкольных образовательных организаций не только решают образовательные и воспитательные задачи, их деятельность в первую очередь направлена на достижение целей здоровьесбережения детей.

Что такое здоровьесбережение дошкольника? Какие два понятия входят в состав слова «здоровьесбережение»? – «здоровье» и «сбережение».

Согласно Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического, социального и духовного благополучия, а не просто отсутствие болезней.

Давайте попробуем расшифровать составляющие здоровья:

- *физическое здоровье (вопрос к педагогам)* – это полное физическое благополучие, совершенство саморегуляции в организме, максимальная адаптация к окружающей среде;

- *психическое здоровье* – это способность человека противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в общество, высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.

- *социальное здоровье* – это способность жить и общаться с другими людьми, создавать и поддерживать положительные отношения с окружающими, моральное самообладание, адекватная оценка своего «я», самоопределение личности в оптимальных условиях микро- и макросреды.

- *духовное здоровье* – это свободная, гармоничная и практическая взаимосвязь знаний, религии, традиций и истории своего народа.

Как вы считаете, какая из составляющих является наиболее актуальной?

Давайте теперь дадим определение понятию «сбережение», *попробуйте расшифровать это понятие*

Сбережение – экономический термин. В новом экономическом словаре «сбережение» определяется как накапливаемая часть денежных доходов населения, предназначенная для удовлетворения потребностей в будущем.

В современных толковых словарях указано, что «сбережение» - это процесс или действие, происходящее от глагола «сберегать».

А теперь давайте подберём синонимы к слову «сбережение».

В словаре синонимов русского языка к слову «сбережение» приведены синонимы: актив, запас, защита, выгадывание, оберегание, припасы, резерв, снабжение, соблюдение, хранение, экономия, сохранение, инвестирование, вложение, накопление, укрепление.

Таким образом, понятие «здоровьесбережение» в узком смысле можно определить как действия, направленные на сохранение, укрепление и защиту здоровья человека.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников – приоритетное направление деятельности дошкольной организации.

В настоящее время, в период обновления системы дошкольного воспитания, вопросам охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, полноценного развития личности ребёнка уделяется особое внимание. *Как вы считаете почему?*

Так, **федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155, направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, формирование общей культуры личности детей, ценностей здорового образа жизни, развития их физических качеств.**

С введением стандарта дошкольного образования появились новые требования к образовательной деятельности. В ходе реализации

образовательной программы педагоги должны предоставить ребёнку выбор, следовать за его потребностями, организовать деятельность детского коллектива таким образом, чтобы каждый смог реализовать свой потенциал, удовлетворить желания и развиваться в разных направлениях по своим возможностям.

Согласно ФГОС ДО содержание образовательной программы дошкольного образования должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать следующие образовательные области: социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие.

Более подробно остановимся на образовательной области «Физическое развитие». *Прошу Вас ответить, что включает в себя данная область?* Данная область включает в себя: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическую культуру.

Всем очень хорошо известно, что ППРС должна быть безопасна. Это предполагает соответствие всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

Однако немаловажным является создание психологически безопасной образовательной среды. Психологическая безопасность дошкольника имеет важное значение для его полноценного развития, сохранения и поддержки психического здоровья, а самое главное предупреждения психологических травм. Чтобы ребёнок развивался в соответствии с возрастом и возможностями, необходимо создавать такую психологически безопасную образовательную среду, в которой он чувствовал бы себя уверенно, безопасно, психологически комфортно.

Для успешной организации данной работы педагогам важно соответствовать уровню профессиональных умений. Так, педагог должен владеть основами здорового образа жизни, личным примером учить детей заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих людей; уметь

наблюдать и анализировать поведение детей в ходе игровой, образовательной, самостоятельной деятельности, в общении со сверстниками и взрослыми.

Все эти умения оказывают влияние на эффективность использования педагогами методов и приёмов воспитательно - образовательной работы по сохранению и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

Кратко рассмотрим основные формы и методы формирования здорового образа жизни у детей дошкольников.

Давайте подумаем, какие формы, и методы работы с детьми мы применяем в режимных моментах?

Формы и методы работы с детьми, применяемые в режимных моментах:

- утренняя гимнастика
- подвижные игры
- динамический час
- закаливающие процедуры
- различные виды гимнастик (дыхательная, зрительная, артикуляционная и т.д.)
- беседы о КГН, ЗОЖ и др.

Скажите, какие формы, и методы работы с детьми мы применяем в непосредственно-образовательной деятельности?

- физкультурное занятие
- рассказы
- чтение художественной литературы
- беседы
- рассматривание иллюстраций, альбомов
- проектная деятельность
- постановка проблемной ситуации

А теперь скажите, какие еще формы и методы работы с детьми можно применять в качестве спортивно-массовых мероприятий?

- спортивные и физкультурные досуги
- спортивные состязания
- выезды на природу
- квесты
- экскурсии и др.

Таким образом, хочется отметить, что здоровый образ жизни, его формирование, воспитание начинается в детском саду, т.к. дошкольный возраст является сенситивным (наиболее восприимчивым) периодом в развитии ребенка. Ориентируясь на требования стандарта дошкольного образования, программу детского сада, внедряя современные методы работы с детьми-дошкольниками реализую всю работу в системе, можно получить положительные результаты.