Консультация для педагогов «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников».

 Швайкова В.В.

инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад «Теремок»

 Само понятие «здоровье» представляет собой интегральное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

 Нас всех много лет поражает грустная статистика частоты заболевания детей дошкольного возраста. Каждый третий имеет отклонения в физическом развитии. Конечно, причин тому множество: и экологических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них – невнимание взрослых к здоровью детей. Иначе говоря, мы любим своего ребёнка, усердно лечим, когда он заболеет, а в повседневности не используем весь арсенал средств и методов для предупреждения заболевания. Не следует забывать, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников приёмам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

 Эти и другие вопросы зачастую являются камнем преткновения как в процессе планирования, так и в период апробации лечебно-оздоровительной деятельности. И разрешить их можно в том случае, если учитывать не только разнообразные аспекты понятия «здоровье», но и максимально задействовать все ступени педагогического процесса, помня, что процесс этот двусторонний, и в нём заинтересованы не только педагоги и воспитатели ДОУ, но и родители.

 Я Корчак (1990) размышлял о том, что порой взрослые полагают, что дети не заботятся о своём здоровье. Это не так. Они готовы это делать, но не знают как. Нужно объяснить им, и они будут беречь своё здоровье. Именно поэтому в ежедневных действиях необходимо прививать ребёнку навыки здорового образа жизни (возможно, даже не всегда сопровождая действия длительными и нудными объяснениями, зачем это нужно). Здоровый образ жизни – совокупный набор поведенческих реакций и внутренних убеждений, способствующих здоровью, что проявляется внешне в предпочтении физической активности, выборе экологической среды, усилий, направленных на профилактику различных заболеваний, выполнение определённых гигиенических процедур, соблюдение правил безопасности в обществе и на дороге и т. д. .

 Ребёнок способен на гармоничное развитие. Поэтому в современной теории формирования личности сходятся на том, что основной период, когда происходит её становление, - первые 6 лет. Относительно того, какие параметры влияют на это становление, существует большое разнообразие мнений, хотя все сходятся на том, что основными являются отношения между детьми и родителями.

 Оздоровителельная работа в ДОУ – одна из ключевых проблем в системе дошкольного образования. И это вполне объяснимо - только здоровый ребёнок способен на гармоничное развитие. Поэтому всё чаще дошкольные учреждения разнообразят формы и методы работы с учётом лечебно-профилактических мероприятий, организуют группы для ослабленных детей и детей с ограниченными способностями. Однако в стремлении к новациям, индивидуальным здоровьесберегающим технологиям всегда ли учитывается психофизиологическое развитие ребёнка-дошкольника, соблюдается грань между необходимостью интенсификации оздоровительной работы и требованиями к допустимой нагрузке, образовательными задачами, реализуемыми в ДОУ, и принципами семейного воспитания?

 Главная задача педагогов детского сада и родителей в работе по приобщению детей к здоровому образу жизни – формировать разумное отношение к своему организму, учить вести здоровый образ жизни с раннего детства, владеть необходимыми санитарно-гигиеническими навыками. Родители должны поддерживать в домашних условиях принципы формирования здорового образа жизни с раннего детства, владеть необходимыми санитарно-гигиеническими навыками. Родители должны поддерживать в домашних условиях принципы формирования здорового образа жизни в оптимальном сочетании со всеми здоровьесберегающими мероприятиями, проводимыми в детском саду. Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране. Поэтому в центре работы по воспитанию здорового ребёнка и приобщению его к здоровому образу жизни должны быть семья и детский сад- основные социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребёнка.

 В Концепции дошкольного воспитания подчёркивается: « Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую семья передаёт в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов.

 Цель здоровьесбережения достигается за счёт использования разнообразных технологий, применяющихся с учётом приоритетов сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса – педагогов, администрации, психологов, медиков, детей и их родителей. Достижение такой цели определяет, с одной стороны, необходимость совершенствования уже сложившихся и реализуемых в практике подходов к организации и содержанию учебно-воспитательного процесса, а с другой стороны цеесообразность разработки новых здоровьесберегающих рационально выстроенных и действенных технологий; пересмотра самого понятия здоровьесбережения, его функций, критериев эффективности, принципов использования.

 Ни одна физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если в дошкольном учреждении не создано детско-взролое сообщество (дети-родители-педагоги), для которого характерно содействие друг другу, учёт возможностей, интересов, прав, обязанностей каждого участника.

 Таким образом, совместная рабта образовательного учреждения и семьи по воспитанию здорового ребёнка и приобщению его к здоровому образу жизни строится на взаимодействии ДОУ, семья.

Литература.

Научно-практический журнал «Управление дошкольным образовательным учреждением»

2006г., №1, статья «Модель сохранения здоровья дошкольников», Ларионова Г.Б., Каралашвили Е.А.; Статья «Оздоровительно-развивающая работа с дошкольниками», Левчук Л.В.

 Е.И. Николаева, В. И. Федорук, Е.Ю. Захарина «Здоровьесбережение и здоровьеформирование в условиях детского сада», «Детство-Пресс», Санкт- Петербург, 2015 г.

 Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 1, 2008г. статья «Сотрудничество семьи и детского сада в приобщении детей к здоровому образу жизни», Осокина Г.И.