Доклад по теме:

«Воспитание положительного отношения к здоровому образу жизни

у старших дошкольников»

Выполнила: Лапшина Ольга Владимировна, воспитатель МБ ДОУ «Детский сад»

№ 69 «Радуга», г. Набережные Челны, РТ.

*Актуальность* воспитания положительного отношения к здоровому образу жизни вызвана повышением нагрузок на организм человека, связанных с развитием современных технологий, социально – экономической нестабильностью, а так же проблемами экологического характера, что в свою очередь не способствует сохранению и укреплению здоровья людей.

Не смотря на все принимаемые документы повышение уровня здоровья населения, осознание своего здоровья, как великой ценности являются *актуальной проблемой* современного общества.

Проблема воспитания положительного отношения к здоровому образу жизни рассматривалась многочисленными педагогами, психологами, политологами, социологами, философами и физиологами, те не менее проблема «комплексного подхода к оздоровлению детей до сих пор должным образом не решена», отмечает В.Г. Алямовская, что обусловливает выбор темы работы.

Исследование уровня сформированности положительного отношения к здоровому образу жизни у старших дошкольников проводилось на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад» № 69 «Радуга», города Набережные Челны с ноября 2015 г. по март 2016г.

В детском саду функционирует 12 групп, общей наполняемостью 282 ребёнка. Воспитательная и образовательная деятельность осуществляется по основной общеобразовательной программе, разработанной на основе примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «Мир открытий» под редакцией Л.Г. Петерсон.

Первоочередной задачей работы дошкольного учреждения является задача по сохранению и укреплению здоровья детей, обеспечение физической и психической безопасности, создание комфортных условий жизнедеятельности для развития физических и личностных качеств. Решение данной задачи нашло отражение в годовом плане дошкольного учреждения.

В исследовании принимали участие 48 детей: 24 ребёнка старшей группы (5-6 лет) и 24 ребёнка подготовительной к школе группы (6-7 лет). Для реализации цели были сформированы контрольные и экспериментальные группы по 12 детей в каждой. В экспериментальной группе работа проводилась в соответствии с разработанной системой мероприятий, а в контрольной согласно календарно – тематическому планированию групп.

Анализ развивающей среды показал, что в группах созданы условия для воспитания положительного отношения к здоровому образу жизни: имеются центры движения; ежедневно с детьми проводится утренняя гимнастика; три раза в неделю проводится основная образовательная деятельность по физической культуре (два раза в зале и один – на свежем воздухе); проводятся гимнастики пробуждения и закаливающие мероприятия, имеется дидактический и наглядный материал, настольно – печатные игры по ознакомлению детей с понятием здоровый образ жизни.

В течение дня воспитатели проводят физкультурные минутки, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, дыхательные упражнения, подвижные игры.

Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в соответствии с планом воспитательной и образовательной работы и контролируется медицинским работниками и администрацией детского сада.

С целью выявления отношения родителей к здоровому образу жизни и их подготовленности к работе по данному направлению было проведено анкетирование. В анкетировании принимали участие 48 родителей (по 24 из каждой группы).

Анализ анкетирования показал, что большой процент родителей имеют чёткие представления о здоровом образе жизни и понимают необходимость вести работу с детьми в данном направлении. При этом знания их носят теоретический характер. На практике, большая часть родителей, не уделяет должного внимания физкультурной и оздоровительной работе в семье.

Результаты исследования говорят о том, что, не смотря на созданные условия и проводимые мероприятия физкультурного, оздоровительного и познавательного характера, проводимая работа с дошкольниками не достаточно способствует повышению уровня положительного отношения к здоровому образу жизни. Следовательно, необходимо разработать систему мероприятий, направленную на повышение данного уровня.

Система мероприятий составлена таким образом, что в процессе ознакомления со строением организма и внутренних органов, непосредственно самими детьми разрабатываются правила гигиены и безопасности, обсуждаются полезные и вредные привычки и их влияние на здоровье человека, рассматриваются влияние факторов окружающей природы, формируется культура образа жизни.

В процессе ознакомления проводятся практические упражнения и экспериментирование, что позволяет детям проявлять самостоятельность, способствует повышению уровня заинтересованности. Все полученные знания закрепляются в разных видах деятельности.

Система мероприятий для детей старшей группы направлена на ознакомление детей с внешним строением организма: опорно – двигательного аппарата, кожи и органов чувств. Основная образовательная деятельность проводилась 1 раз в неделю, продолжительностью 25 минут в форме игр – путешествий.

Перед проведением образовательной деятельности в группе проводилась предшествующая работа: подбирались художественные произведения, дидактические игры, плакаты по теме.

В подготовительной к школе группе объём представлений увеличивается и усложняется. Происходит знакомство детей со строением и функциями внутренних органов и на этой основе продолжается формирование культуры здорового образа жизни. Вся образовательная деятельность так же проводилась в форме игр – путешествий, продолжительностью 30 минут.

Проводя мероприятия с детьми, помнила о том, что взрослые являются примером для детей дошкольного возраста, особенно члены семьи. С целью привлечения родителей к процессу воспитания положительного отношения к здоровому образу жизни был составлен перспективный план по работе с родителями, проведено родительское собрание «Здоровье детей в наших руках» консультации: «На зарядку становись», «Закаливание детского организма».

Проведённый мастер класс «Делаем вместе» познакомил родителей с изготовлением нетрадиционного оборудования для центров движения. Родители активно включились в деятельность и своими руками сделали султанчики, косички, гантели и коврики из пробок. Дети с удовольствием пользовались оборудованием, изготовленными руками родителей, закрепляя выполнение различных двигательных навыков.

С целью повышения двигательной активности во время прогулок родители активно включились в деятельность по изготовлению снежных построек. На участках для прогулки группах были построены горки, фигуры для подлезания, метания, снежные валы для ходьбы по ограниченной поверхности, перешагивания и спрыгивания.

Для повышения интереса к теме воспитания здорового образа жизни была организована выставка методической литературы, а так же литературы для чтения детям. В каждой группе в родительском уголке сделали для родителей кармашек, в который вставлялся информационный лист с названием и программным содержанием проводимого мероприятия. После проведения знакомили родителей с успехами детей, давали рекомендации.

Силами родителей и детей была пополнена предметно – развивающая среда. В группах появилась модель рентген аппарата, сделанного из картонной коробки, изготовлены «снимки внутренних органов» и конечностей (распечатанные на цветном принтере и нарисованные детьми), схемы правильной и неправильной осанки, таблица для проверки зрения, схемы оказания первой медицинской помощи, что способствовало расширению сюжета в игре «Диагностический центр». Изготовлены атрибуты для новой сюжетно – ролевой игры «Магазин «Спорт» с нетрадиционным спортивным оборудованием. В игре «Супермаркет» появились предметы личной гигиены (зубная паста, щётки, мыло, расчёски).

Таким образом, разработанная система мероприятий позволила провести целенаправленную работу по воспитанию положительного отношения к здоровому образу жизни в старшей и подготовительной к школе группе. Реализация данной системы мероприятий осуществлялась во всех видах детской деятельности, а использование практических упражнений и проблемных ситуаций позволила активизировать не только детей, но и их родителей.

Эффективность работы была достигнута благодаря соблюдению следующих принципов: учёт индивидуальных и возрастных особенностей детей и создание условий для воспитания положительного отношения к здоровому образу жизни в группе и дошкольном образовательном учреждении Дети и родители являлись активными участниками педагогического процесса. Работа проводилась систематически и целенаправленно, в различных видах деятельности.

В качестве дальнейшего обобщения опыта работы планирую совместно с детьми и их родителями создать музей здоровья.