Головенко Софья Константиновна

Воспитатель

МАОУ «ЦО №1» г. Белгорода

**МЕТОДЫ И ПРИЁМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ПРЕДМЕТА «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР»**

Одним из важнейших вопросов современной педагогики считается формирование культуры здоровья и воспитания сознательного, ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья у дошкольников. Успех такой работы зависит от множества факторов.

Одним из возможных решений проблемы ухудшения здоровья дошкольников является формирование у них знаний о здоровом образе жизни. У педагогов очень популярны занятия «Уроки здоровья», которые проводятся раз в месяц. Темы подбираются разные, актуальные для воспитанников. Например, «в гостях у Мойдодыра!», «Если хочешь быть здоров» и другие. Дети разучивают стихи, участвуют в викторинах, знакомятся или сами выясняют правила здорового образа жизни. В результате у детей формируется положительная мотивация к соблюдению этих правил.

Одними с значимых способов развития познаний о ЗОЖ считают практические занятия.

Подобные занятия можно осуществлять совместно с родителями. Некоторые задания могут быть рекомендованы для домашней работы. Примеры несколько тем, которые могут быть использованы в процессе профилактической работы с дошкольниками:

1. Чистые руки:

- демонстрация алгоритма, как правильно мыть руки;

- обосновать, почему нужно держать руки в чистоте, когда непременно следует их мыть.

2. Здоровые зубы:

- показ рисунка «последовательность чистки зубов»;

- почистить зубы щеткой и пастой;

- обосновать, почему нужно чистить зубы, сколько раз в день и какими пастами (детские «Colgate kids», «ROCS», «Мое солнышко»);

- составить памятки для родителей «Берегите зубы», «Как научить ребенка чистить зубы» и тд.

3. Красивые ногти:

- показать на рисунке или предложить нарисовать, как следует стричь ногти на руках и ногах;

- правильно подстричь ногти на руках;

- порассуждать, почему маленьким девочкам не следует отращивать длинные ногти, красить их лаком, носить на пальцах множество колечек.

4. Внешний вид:

- выбрать на картинках или предложить нарисовать варианты одежды, обуви и прически для занятий, посещения театра, праздника, для дома и т.д.;

- показать, как следует чистить одежду и обувь, пришивать пуговицы;

- доказать, что всегда необходимо иметь при себе носовой платок, и пояснить, для чего.

Беседы – одна из важных форм работы с детьми. Они могут быть разными и в первую очередь затрагивать проблемы, наиболее волнующие: это проблемы охраны природы и профилактики вредных привычек.

Игра - это самый эффективный вид деятельности дошкольников, с ее помощью можно дольше сохранять продуктивную работоспособность ребенка. В играх дети вступают в различные отношения между собой: сотрудничества, соподчинения, взаимного контроля и т.д. Используя игру, педагог раскрывает большой потенциал, подчиняя правила игры своим образовательным и воспитательным задачам.

Приведем пример таких подвижных игр:

Во-первых, это подвижные игры, закрепляющие навыки двигательной активности, а также обеспечивающие социализацию ребенка через коллективную деятельность. Как правило, такие игры не требуют никакого специального оборудования, инвентаря.

Во-вторых, интеллектуальные игры, закрепляющие основные понятия, представления, знания по проблематике здорового образа. Примером такой игры может быть игра «Отгадай слово».

В-четвертых, долговременные ролевые игры, в которых и строятся вся проектная деятельность «больших» и «малых» коллективных творческих дел.

Выполнение практических работ здоровье сберегающего характера на занятиях окружающего мира даёт воспитанникам знания о возможности диагностики здоровья по внешним признакам организма и способствует выработке умения использовать эти знания для сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни.