

Консультация для педагогов

Приобщение детей к здоровому образу жизни.

1. В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок.

Что же такое здоровье? В словаре С.И. Ожегова дается следующее толкование: «Правильная, нормальная деятельность организма».

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Здоровье является важнейшим интегральным показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам материнства и детства.

Исходя из принципа «здоровый ребенок + умный + желающий + умеющий = успешный ребенок», мы должны совместными усилиями всех специалистов ДОУ и родителей осуществлять комплекс воспитательных и профилактических мер, направленных на укрепление здоровья растущего организма. К традиционным формам педагогического труда добавляется новый аспект – формирование здорового образа жизни.

Выдающийся педагог Януш Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они выпали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, выбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – и уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься». Следовательно, педагоги и родители, опираясь на основные законы и принципы здорового существования, должны дать детям нужные знания и создать необходимые условия.

Поэтому, важнейшей задачей дошкольного образовательного учреждения сегодня является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

2. Среда, окружающая детей в детских садах, должна обеспечивать безопасность их жизни, способствовать укреплению здоровья и закаливанию организма каждого из них.

Современные философы трактуют понятие «среда» как систему, включающую взаимосвязи предметного и личностного характера. Через среду воспитание адаптирует личность к обстоятельствам, а образование выступает при этом моделью социума.

Непременным условием построения развивающей среды в дошкольных учреждениях является опора на личностно-ориентированную модель взаимодействия между людьми. Цель данной модели – содействовать становлению ребенка как личности. Это предполагает решение следующих задач: обеспечить чувство психологической защищенности – доверие ребенка к миру, радости существования (психологическое здоровье); формирование начал личности (базис личностной культуры); развитие индивидуальности ребенка, т.е. содействие развитию личности; знания, умения и навыки рассматриваются не как цель, а как средство полноценного развития личности. Способы общения – понимание, признание и принятие личности ребенка, основанные на способности взрослого стать на позицию ребенка и не игнорировать его чувства и эмоции. Тактика общения – сотрудничество. Позиция взрослого – исходить из интересов ребенка и перспектив его дальнейшего развития как полноценного члена общества. Взрослые создают условия для эстетического и нравственного развития личности, ее гуманизации, для проявления и развития творческих, художественных способностей ребенка. Эти положения личностно-ориентированной модели обнаруживают себя в следующих принципах построения развивающей среды:

1. Принцип дистанции, позиции при взаимодействии.
2. Принцип активности, самостоятельности, творчества.
3. Принцип стабильности – динамичности развивающей среды.
4. Принцип комплексирования и гибкого зонирования.
5. Принцип эмоциогенности среды, индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребенка и взрослого.

6. Принцип сочетания привычных и неординарных элементов в эстетической организации среды.
7. Принцип открытости – закрытости.
8. Принцип учета половых и возрастных различий детей.

При создании предметно-развивающей среды для формирования здорового образа жизни можно придерживаться следующих направлений:

- Привитие стойких культурно-гигиенических навыков: в комнатах для умывания размещены алгоритмы умывания, красивые кармашки для хранения расчесок.
- Развитие представлений о строении своего тела: в специально оборудованных уголках находится: иллюстративный материал, дидактические игры, художественная литература, энциклопедии, плакаты. Обучение навыкам безопасного поведения: иллюстративный материал, дидактические игры.
- Формирование представлений об окружающей среде: в уголке природы находятся: настольно-печатные игры, дидактические игры природоведческого содержания: природный материал, оборудование по уходу за растениями, календари погоды, энциклопедии, оборудование для детского экспериментирования и исследовательской деятельности, растения подобраны в соответствии с возрастом детей, и индивидуальной переносимостью; у каждого растения табличка с пиктограммой об условиях содержания, аквариумы с рыбками (служат не только для наблюдений, но и как средство релаксации).
- Формирование представлений о том, что вредно, что полезно для организма: иллюстративный материал по данной теме, дидактические игры, альбомы с рисунками и фотографиями любимых и полезных продуктов питания.
- Формирование привычки в ежедневных физических упражнениях: передвижные уголки с мелким физкультурным оборудованием и атрибутами (в зависимости от возрастной группы).

Спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач гармоничного развития.

Процесс формирования физической культуры особенно важен для детей старшего дошкольного возраста, так как этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной сферы, становлением самосознания, освоением общечеловеческих ценностей.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры и рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка. В результате происходит созревание и совершенствование жизненно важных физиологических систем организма дошкольника, повышаются его адаптивные возможности и устойчивость к внешним воздействиям, приобретаются необходимые двигательные умения и навыки, физические качества, формируется личность в целом.

Итак, вариативность предметно-развивающей среды заключается в создании новых условий: за счет смены материала и оборудования, рационального чередования.

Психология дошкольника такова, что все должно быть освоено и закреплено им в практической деятельности. Построение предметной среды – это внешние условия педагогического процесса, позволяющие организовать самостоятельную деятельность ребенка, направленную на его саморазвитие под наблюдением взрослого.

Итак, среда должна выполнять образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, организационную, коммуникативную функции. Но самое главное – она должна работать на развитие самостоятельности и самостоятельности ребенка.

В.А. Сухомлинский: «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».

