

Консультация для воспитателей

«Здоровье ребенка – наша общая задача»

В дошкольных учреждениях педагоги проводят большую работу по воспитанию личности ребенка: интеллектуально развивают дошкольников, формируют их нравственные качества, приобщают к труду. Но вся эта деятельность не даст результата, если мы проигнорируем работу над укреплением самого главного в жизни человека – его здоровья. При этом ребенок должен понимать, почему нужно укреплять здоровье, зачем нужно вести здоровый образ жизни и вообще, понимать значение такого важного слова «здоровье».

В последнее время состояние здоровья детей можно назвать катастрофическим, больше половины детей имеют различные заболевания.

Это связано с ухудшением экологической обстановки на земле, с наследственными и социальными факторами. Чтобы сохранить и укрепить здоровье детей, требуется систематическая работа по формированию основ культуры здоровья, и в дошкольном учреждении имеются большие возможности для этого. Огромное значение имеет применение в образовательных учреждениях здоровьесберегающих технологий.

Таблица 1. Компоненты современных здоровьесберегающих технологий.

Компоненты современных здоровьесберегающих технологий:	
1. физическое развитие	2.развивающие формы оздоровительной работы

Использование в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса. У сотрудников детского сада и родителей формируется положительный мотив, направленный на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Приоритетным направлением работы в детском саду мы выбрали здоровый образ жизни. Мы обеспечиваем не только охрану здоровья детей, но и

используем средства, которые способствуют совершенствованию защитных функций организма ребенка, повышению его двигательной активности.

Разнообразные способы оздоровительной работы в детском саду тесно взаимосвязаны. Поэтому она требует постоянного контакта педагогического коллектива с медицинскими работниками, родителями, техническим персоналом, от которого зависит состояние помещений, выполнение режима.

В нашем детском саду применяются различные средства оздоровительной работы – утренняя гимнастика на улице в любое время года, прогулки в любую погоду, различные виды закаливания (обливание ног водой контрастной температуры, хождение босиком по рижскому методу, воздушные и солнечные ванны, дыхательная гимнастика, полоскание горла после еды, витаминотерапия), пальчиковые игры, гимнастика после сна, точечный массаж, подвижные игры и др.



Рисунок 1. Зимняя прогулка



Рисунок 2. Веселые старты

Проводятся различные консультации для родителей, о том, как важно следить за своим здоровьем, какие оздоровительные мероприятия можно проводить родителям дома, как уберечься от инфекционных заболеваний.

Во всех группах есть физкультурные центры, оснащенные спортивным снаряжением. Родители принимают активное участие в работе по укреплению здоровья. Они изготавливают пособия, необходимые для физического развития (массажные следочки на пуговицах, ленты для игр, мешочки с песком и т. д.), участвуют в спортивных праздниках: День защитников Отечества, Веселые старты, Семейные старты.

Надо ли детям знать о значении профилактики заболеваний? Конечно, надо, тем самым мы формируем у детей основы культуры здоровья, помогаем им понимать, почему так важно вести здоровый образ жизни. Дошкольники сами должны участвовать в заботе о своем здоровье и найти ответы на вопросы: «Зачем мне надо полоскать горло? Зачем мне надо чистить зубы? Почему надо одеваться зимой потеплее?» Необходимо, чтобы дети поняли, что заботиться о своем здоровье надо с самого раннего возраста. Поэтому в детском саду формируем у детей привычку к здоровому образу жизни с младшего дошкольного возраста.

В младших группах педагоги вместе с помощниками воспитателей при поддержке родителей закладывают основы культурно-гигиенических навыков.

В средней группе у детей формируют привычку к чистоте, аккуратности, опрятности, порядку.

Дети старшего дошкольного возраста уже понимают, как влияют физические упражнения на организм человека, его самочувствие, они могут контролировать себя, умеют правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, а иногда предотвращать их.

Детям все интересно знать, они очень любознательные, особенно если это касается устройства и работы организма человека. Им хочется узнать, почему люди болеют, откуда берутся вирусы, что такое грипп? И педагогу надо поощрять желание все знать. Необходимо обратить внимание детей на

то, что организм человека сложный и хрупкий, поэтому нужно бережно относиться к своему телу, ухаживать за ним.

В Уставе Всемирной организации здравоохранения записано: «Здоровье – состояние наибольшего физического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и физических дефектов»

Поэтому в детском саду нужно так построить работу по формированию культуры здоровья ребенка, чтобы он понял, что его здоровье в его руках.

Если с детства у ребенка сформирована стойкая мотивация на здоровый образ жизни, то в дальнейшем у него выработается привычка быть здоровым. А здоровый человек – это залог успешного человека.

Список литературы

1. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М.: Издательство Сфера, 2008. – 112 с.
2. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2009 – 96с.
3. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: Издательство Сфера, 2015. – 64 с.

© А.А. Афтахова