

Золотухина Ирина Петровна

канд. пед. наук, доцент

Институт непрерывного педагогического образования

ФГБОУ ВПО «Хакасский государственный

университет им. Н.Ф. Катанова»

г. Абакан, Республики Хакасия

**ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СОВРЕМЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ И СЕМЬИ**

***Аннотация:** данная статья посвящена формированию ценностного отношения дошкольников к здоровому образу жизни. Обосновывается необходимость комплексной работы в данном направлении. Раскрыты основы взаимодействия семьи и дошкольного учреждения в вопросах формирования знаний и навыков здорового образа у детей старшего дошкольного возраста.*

***Ключевые слова:** здоровый образ жизни, здоровье, ценностное отношение к здоровью, здоровьесберегающее пространство.*

Здоровье, по определению ВОЗ, – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье человека и общества в целом зависит от множества социальных, природных и биологических факторов. Ученые утверждают, что здоровье народа на 50–55% определяется образом жизни (ОЖ), на 20–25% – экологическими, на 20% – биологическими (наследственными) факторами и на 10% – медициной. Утверждение здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья детей рассматривается как одно из приоритетных направлений модернизации обучения и воспитания и составляет, едва ли не самую важную, доктрину развития современного образования. В этой связи, нельзя не отметить тот факт, что здоровый образ жизни – это поведение человека, направленное на ра-

циональное удовлетворение врождённых биологических потребностей (пищевой, двигательной, познавательной), способствующее эмоциональному благополучию, профилактике болезней и несчастных случаев. Именно поэтому, совместная работа современного дошкольного образовательного учреждения и семьи играет важную роль в сохранении здоровья детей и служит гарантом их приобщения к основам здорового образа жизни.

В муниципальном дошкольном образовательном учреждении «Центр развития ребёнка – детский сад «Хрусталик» создано здоровьесберегающее пространство для реализации педагогической работы с дошкольниками по формированию у них основ здорового образа жизни. На территории спортивного участка посажены деревья и кустарники в целях защиты от внешнего шума и загрязнений. Спортивная площадка оснащена современным спортивным оборудованием, что позволяет развивать различные физические качества у каждого ребёнка во время занятий и спортивных игровых мероприятий. В каждой группе осуществляется ежедневное проветривание в соответствии с установленным графиком, кварцевание, закаливание водой и воздухом, полоскание рта водой, хождение босиком по массажным коврикам, мокрым и сухим полотенцам. Уголки здорового образа жизни оборудованы детскими книжками, раскрасками и дидактическими играми по теме «Я здоров», «Магазин полезных товаров», «Витамины для слонёнка»; альбомами с фотографиями детей группы, на которых запечатлены моменты семейных традиций, направленных на формирование здоровых привычек: «Мы с папой на катке», «Весёлая лыжня», «Мы и наши велосипеды». В спортивном зале детского сада имеется нестандартное спортивное здоровьесберегающее оборудование: игровой модулятор «Колобок», нестандартный спортивный комплекс «Чудовит», кресло «Барани», игровое оборудование «Конструктор-массажер-Уникон», игровое оборудование «Змейка», которое помогает педагогу удерживать игровой интерес детей на время, необходимое для формирования прочных практических навыков здорового образа жизни. Кроме того, в учреждении осуществляется с детьми точечный массаж стоп при хождении по мешочкам, наполненных фасолью, или горохом. Также, используется для этой цели и нашитые на

разноцветный фетр пуговицы разной величины, и гальку, которую насыпаем в специальную деревянную ёмкость. Составной частью здоровьесберегающего пространства дошкольного учреждения являются выставки специальной и детской литературы в фойе детского сада для родителей наших воспитанников, а также плакаты, выполненные в результате совместной деятельности детей и взрослых, выставки детских работ по изобразительной деятельности на тему ЗОЖ, информационные стенды для родителей. Педагогами детского сада разработаны и реализованы, совместно с родителями, такие проекты как: «Играем вместе с ребенком», «Читаем детям о здоровье», «Наши наблюдения за здоровыми привычками». В рамках делового сотрудничества педагогов, родителей и детей были проведены досуговые и оздоровительные мероприятия детского сада: спортивный праздник «Семейные старты», досуг здорового питания «День рождения у Винни- Пуха», оформлена фотовыставка «Наш спортивный выходной», подготовлено театрализованное представление «ОХ и АХ идут в поход».

Интерес со стороны родителей вызвала и такая форма работа как «Круглые столы». В таких мероприятиях принимали участие и родители детей, их бабушки и дедушки. А педагогические беседы с родителями по темам «Как воспитать здорового малыша?», «Что такое выносливость?», «Воспитай себя, и ты воспитаешь ребёнка» пользуются большой популярностью у старшего поколения.

Таким образом, совместная работа современного дошкольного образовательного учреждения и семьи в полной мере способствует повышению эффективности процесса по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников.

Список литературы

1. Агавелян М.Г. Взаимодействие педагогов ДООУ с родителями / М.Г. Агавелян, Е.Ю. Данилова, О.Г. Чечулина. – М., 2009.
2. Бочарова Н.И. Организация досуга в семье / Н.И. Бочарова, О.Г. Тихонова. – ИЦ «Академия», 2011.
3. Голицина Н.С. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. – М.: Скрипторий, 2008.

4. Деркунская В.А. Сотрудничество детского сада и семьи в воспитании культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская // Дошкольная педагогика. – 2006. – №5. – С. 49–51.