

Халиуллина Светлана Адиковна

воспитатель

Кузьмина Елена Анатольевна

воспитатель

Файзрахманова Гулия Ильясовна

воспитатель

МАДОУ «Д/С №394 КВ

с татарским языком воспитания и обучения»

г. Казань, Республика Татарстан

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** в данной статье рассмотрена проблема сохранения и укрепления здоровья детей в образовательных учреждениях. Авторами отмечена ответственность родителей по привитию здорового образа жизни ребенку, в связи с чем выделены самые распространенные темы и методы работы с родителями.*

***Ключевые слова:** младший дошкольный возраст, здоровый образ жизни, оздоровительная деятельность, укрепление здоровья, родители.*

Сохранение и укрепление здоровья ребенка не только стратегическая задача одного образовательного учреждения, данная задача актуальна на уровне страны, даже всего мира. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (ст. 51), «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

Формирование у детей дошкольного возраста здорового образа жизни актуальна, не только тем, что данный возраст является решающим в жизни человека,

но и тем, что на сегодняшний день рождаемость детей с различными патологиями все больше настораживает не только медицинских работников, но и специалистов дошкольного образования.

Отметим, что гиперактивность, тревожность, агрессивность детей, отсутствие усидчивости неумение элементарно корректировать свое эмоциональное состояние, не умение переключаться с одной деятельности на другую то есть те показатели, которые тесно связаны с самовоспитанием так же взаимосвязаны со здоровым образом жизни.

Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходила интеграция оздоровительной деятельности в образовательную, что в конечном итоге способствовало сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни.

В чем же заключается залог здорового образа жизни. В первую очередь – это прививать ребенку самые необходимые навыки гигиены, научить следить за своим здоровьем. Всегда понимать что может навредить здоровью, и отказаться от всего того зла, чем полон мир.

В дошкольном образовательном учреждении основы здорового образа жизни еще и прививаются не только на занятиях физической культурой, вся система образовательного учреждения основана на сохранении и укреплении здоровья дошкольников, будь это образовательная деятельность, будь это режимные моменты, прогулка [1].

Каждый день нужно напоминать ребенку о необходимости выполнять простые правила: мыть руки, чистить зубы перед сном... Далее, чем взрослее ребенок, круг его возможностей увеличивается благодаря взрослым, они стимулируют к выполнению более сложных задач: мытью лица, рук, мытью ног...

О необходимости выполнения гигиенических процедур напоминаются во всей деятельности ребенка, и на непосредственной образовательной деятельности в том числе. Для этих целей очень много дидактических игр, потешек.

Так же в образовательных учреждениях для сохранения и укрепления здоровья детей создаются условия рационального питания, составляется меню, создаются условия для полноценного сна ребенка.

Только рационально питаясь, ребенок вырастает здоровым, у него срабатывают все процессы роста организма.

Так же как и во всей деятельности по воспитанию ребенка, в первую очередь ответственность по привитию здорового образа жизни ребенку возлагается на родителей. Но как показывает практика, по данному вопросу не все родители могут быть компетентны, и им необходима помощь воспитателя [3].

Представим самые распространенные темы и методы работы с родителями.

- беседы;
- лекции;
- индивидуальные консультации;
- круглые столы.

Темы:

- привитие ребенку гигиенических навыков;
- способы и методы развития навыков самообслуживания у ребенка дошкольного возраста;
- режим дня ребенка;
- закаливание детей;
- игры и развлечения на воздухе;
- выбираем одежду для ребенка;
- правильное питание ребенка- залог его здоровья;
- досуг ребенка;
- чем можно заняться с ребенком в выходные.

Учитывая все перечисленные правила и условия, воспитатель группы свою работу строит в рамках укрепления и сохранения здоровья ребенка. Все эти качества, сформированные у детей дошкольного возраста, будут нужны ему и в дальнейшем, послужат основой для развития высокой работоспособности и

положительных черт человека. Ведь только здоровый человек может стать полноценной ячейкой общества и родить здоровых детей.

Список литературы

1. Платонова О.И. Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в условиях ДООУ [Текст] / О.И. Платонова, А.А. Токарев // Актуальные вопросы современной педагогики: Материалы II Междунар. науч. конф. (г. Уфа, июль 2012 г.). – Уфа: Лето, 2012 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/60/2510/> (дата обращения: 27.10.2018).
2. Голицева Н.С. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей / Н.С. Голицева, И.М. Шумова. – М.: Скрипторий 2003, 2008.
3. Воробьева М. Воспитание здорового жизни у дошкольников / М. Воробьева // Дошкольное воспитание. – 1998. – №7. – 7 с.