

➤ **«Воспитание здорового образа жизни путём познания своего организма».**



**Рыжкова Татьяна Максимовна**

# План.

- **Актуальность выбранной темы.**
- **Цель**
- **Задачи**
- **Разработки**
- **Предметы изучения**
- **Принципы работы**
- **Методы работы и их задачи.**
- **Формы организации деятельности детей**
- **Виды занятий**
- **Формы работы с родителями**
- **Ожидаемый результат по проведённой работе**

# Актуальность.

- Дошкольный возраст – это решающий возраст в формировании фундамента физического и психического здоровья.
- До возраста семи лет интенсивно развиваются органы, и происходит становление функциональных систем организма ребёнка, происходит закладывание основных черт личности, формирование характера.
- Важно на этом этапе сформировать у детей основу знаний и практических навыков здорового образа жизни (далее – ЗОЖ), осмысленную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.



- От уровня психического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений детей о ЗОЖ является, как никогда важной.
- Таким образом, актуальность данной проблемы давно вызвала во мне интерес и с наступлением периода самоизоляции, вызванной всемирной пандемией кароновирусной инфекции я убедилась в правильности, выбранной темы: **«Воспитание здорового образа жизни путём познания своего организма».**

*Необходимость формирования культуры здоровья находят отражение в изучениях отечественных и зарубежных учёных, которые подтверждают, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.*



# ЦЕЛЬ

**Цель** моей работы - дать каждому ребёнку основные понятия опасных для жизни ситуаций и особенности поведения в них.

- ✓ Формируя потребность в: физическом и нравственном самосовершенствовании, и здоровом образе жизни.
- ✓ При этом активно использовать в своей работе желание ребёнка, познавать окружающий мир, его любознательность, наглядно-образное мышление и непосредственность восприятия.







# ЗАДАЧА

- Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ФГОС), одной из основных **задач является задача охраны жизни и укрепления психического и физического здоровья детей.**
- **«Физическое развитие» является одним из ключевых направлений, становление ценностей здорового образа жизни» организации жизнедеятельности детей является «овладение элементарными правилами и правилами здорового образа жизни**

## Главные задачи в рамках темы

- Сформировать знания о человеке, о его болезнях, ценностях человеческой жизни.
- Сформировать у детей с ранних лет сознание бережного и заботливого отношения к собственному здоровью, здоровью других людей, как высочайшей ценности.
- Сформировать практические умения и привычки по укреплению личного здоровья.
- Воспитывать у детей мотивацию к здоровому образу жизни и мотивационные установки на приоритет здоровья перед болезнями.
- Прививать детям желание активно участвовать в оздоровлении окружающих людей, используя приобретённые теоретические знания и элементы практических привычек.
- Прививать у ребёнка навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях, самостоятельности и ответственности за своё поведение.



## Для работы над темой:

- ✓ Определено содержание работы по проблеме
- ✓ Разработаны формы организации деятельности с детьми, родителями, педагогами
- ✓ Разработаны и подготовлены наглядно-дидактические материалы
- ✓ Разработана система планирования
- ✓ Картотека игр по формированию ЗОЖ
- ✓ Разработаны рекомендации и консультации для родителей о ЗОЖ в период самоизоляции.





# Предметы изучения

- Основы знаний ЗОЖ
- Организм
- Поступки
- Умения
- Семья/родословная
- Безопасность



# ПРИНЦИПЫ

- **СИСТЕМНОСТЬ.** Работа проводится систематически при гибком распределении материала.
- **«НЕ навреди».** Определяет, что в обучении детей можно использовать только те способы, методы, технологии и средства, которые:
  - ❖ **Просты** и легки в освоении, не требуют значительных материальных затрат. Для усвоения этих технологий достаточно иметь желание быть здоровым.
  - ❖ **Доступны.** Могут быть, освоены самостоятельно и осознанно людьми разного возраста.
  - ❖ **Безопасны.** Оздоровительные педагогические технологии не могут причинить вреда детям.
  - ❖ **Эффективны.** Быстро дают положительный результат. При этом дети имеют возможность отслеживать каждый свой шаг и контролировать своё состояние.
  - ❖ **Диагностируемы.** Дают возможность легко измерять результат деятельности по изменению состояния здоровья при помощи простейших методик.



# МЕТОДЫ

**СЛОВЕСНЫЕ** методы обучения и их задачи.

К ним относятся:

- **Рассказ педагога** - создавать яркие, точные представления о строении, функциях организма, правилах гигиены и т.д
- **Рассказы детей** - совершенствуются знания, умения отражать сложившиеся представления, повышать степень обобщённости знаний.
- **Беседа** - уточнение, коррекция знаний, их обобщение, систематизация. Развитие умения участвовать в диалоге, слушать и слышать, удерживать внимание, сосредотачивать умственные силы.
- **Чтение художественных произведений** - расширять, обогащать знания детей, формировать способность к восприятию, пониманию.



## **НАГЛЯДНЫЕ** методы обучения и их задачи:

- **Наблюдение** – формирование основного содержания знаний дошкольников об органах, их функциях, гигиене. Развитие наглядно-образного и наглядно-действенного мышления, речи.
- **Рассматривание картин, таблиц, муляжей, репродукций, схем** – уточнение, обогащение представлений детей об организме, обогащение словаря детей, формирование наглядных образов тех органов восприятие которых в жизни невозможно, обогащение, систематизация знаний детей, активизация словаря, развитие связной речи.
- **Показ презентаций (слайдов), развивающих мультфильмов, познавательных передач** – расширение знаний детей, развитие речи. Формирование конкретных представлений о явлениях, восприятие которых в жизни затруднено(невозможно).Познакомить с явлениями, протекающими длительное время.



## **ПРАКТИЧЕСКИЕ** методы обучения и их задачи.

- **Упражнения** - многократное повторение умственных и практических действий. Их задачи: овладение разными способами умственной деятельности, формирование практических навыков и умений, совершенствование и укрепление познавательных сил детей.
- **Элементарные физиологические опыты** - преобразование жизненной ситуации с целью выявления скрытых свойств органов, установление связи между ними, причин изменения.  
Этапы: 1.Выдвигается познавательная задача.  
2.Анализ задачи, выявление известного и неизвестного.  
3.Обсуждение организации опыта  
4. Проведение опыта  
5.Подведение итогов/обобщение.
- **Игровой метод** - использование разнообразных компонентов игровой деятельности в сочетании с другими приёмами.
- **Моделирование** – создание моделей, их использование. Формирования знаний о свойствах, структуре, отношениях, связях, объектах.
- **Экспериментальный метод** – самостоятельная поисковая деятельность детей с целью решения поставленной задачи.





## Формы организации деятельности детей.

- Занятия
- Экскурсии
- Наблюдения
- Дидактические игры
- Чтение специальной литературы
- Сюжетно-ролевые игры
- Простейшие физиологические опыты
- Моделирование
- Самостоятельное наблюдение
- Индивидуальные занятия в уголках здоровья
- Занятия-консультации



## Виды занятий:

- ✓ Экскурсии
- ✓ Консультации
- ✓ Игры
- ✓ Путешествия
- ✓ Лабораторные работы, эксперименты, работы с проблемными ситуациями
- ✓ Праздники, конкурсы, викторины и т.д



- ❖ Формы работы должны соответствовать возрастным особенностям ребёнка и способствовать развитию его познавательных способностей.
- ❖ Темы, изучаемые с детьми, прописаны в «Тематическое планирование» по каждой возрастной группе.
- ❖ Составленная мной картотека игр по данной теме – позволяет детям в игровой форме познакомиться со своим организмом и его возможностями, почувствовать себя действительно удивительной личностью, а так же отработать ситуацию по определённым темам.



## ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

- **Пропаганда здорового образа жизни среди родителей** с привлечением специалистов из поликлиник, педагогов детского сада.
- **Дни открытых дверей в Детском саду** с целью ознакомления с методикой здоровья и безопасности детей.
- **Совместные праздники здоровья.**
- **Участие родителей в оформлении предметно - игровой среды** (изготовление наглядного и раздаточного материала)
- **Экскурсии с детьми по месту работы некоторых родителей.** В детскую поликлинику (стоматология, рентген кабинет, кабинет офтальмолога, ЛОР, педиатра)
- **Создание совместно с ребёнком газет, коллажей** о здоровье и здоровом образе жизни.
- **Практическая работа с родителями:** консультации о мерах предосторожности в период пандемии, обучение правилам закаливания, точечного массажа, технике выполнения упражнений по оказанию первой медицинской помощи.



# Ожидаемый результат

- ✓ **Повышение компетенции дошкольников в области знаний о человеческом организме.**
- ✓ **Расширение кругозора воспитанников по данной теме, желание выявить и вникнуть в существующие в нашем мире связи и отношения.**
- ✓ **Формирование у детей положительного отношения, умений и навыков к здоровому образу жизни, следовать правилам поведения в определённых ситуациях.**
- ✓ **Формирование отрицательного отношения к факторам, вредящим здоровью человека.**
- ✓ **Оптимизация сотрудничества с родителями по данным вопросам.**





## В работе мной использовались труды:

- По развитию здорового образа жизни человека - Г.К. Зайцев, Ю.Ф. Змановский, В.В. Колбанов, Л.Г. Татарникова и др.
- По воспитанию необходимых знаний, умений и навыков у детей дошкольного возраста в организации ЗОЖ - В.Г. Алямовская, К.Л. Казаковцева, М.Л. Лазарев, Л.Г. Татарникова и др.
- По опыту формирования здоровья - Т.Н. Доронова, В.Т. Кудрявцев.



➤ СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

