

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
центр развития ребёнка «Детский сад №217»
(МБДОУ ЦРР «Детский сад №217»)

КОНСУЛЬТАЦИЯ

«Формирование основы физического становления личности дошкольников и педагогов посредством воспитания культуры здоровья»

Выполнила воспитатель:
Каперская С.А.

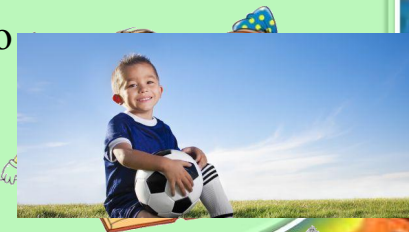


Ориентирование физического воспитания

Здоровье, как известно, на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно формировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования призывает «Социально-коммуникативное развитие направлено на формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе». «Познавательное развитие предполагает формирование первичных представлений о себе, других людях». «Физическое развитие включает становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами».

Наиболее ценным в этом плане представляется индивидуально-личностный аспект развития двигательной активности у дошкольников средствами физического воспитания. Исследованиями доказана значительная роль движения для жизнедеятельности детского организма, совершенствования основных его функций. Чем активнее вовлечен ребенок в мир движений, тем богаче его физическое и умственное развитие, тем крепче его здоровье. Именно движения являются главным средством укрепления здоровья каждого ребенка, а также средством социальной и физической его адаптации.



Физическое воспитание ориентирует всю педагогическую систему на целевой подход – формирование физической культуры личности. Рассмотрим основные концептуальные положения развития физкультурного воспитания, определяющие его сущность и прогрессивную направленность:

Либерализация процесса воспитания, изменяя сложившиеся педагогические авторитеты общественно-государственной системы физического воспитания, к педагогике сотрудничества, предоставлению каждой личности возможности овладения основами физической культуры на путях свободной реализации физических способностей.

***Гуманизация** процесса воспитания направлена на обязательный учет индивидуальных особенностей каждого человека, развитие самостоятельности личности, приобщения людей к здоровому образу жизни, эстетическим идеалам и этическим нормам поведения в обществе.

***Непрерывное развитие** физкультурного воспитания представляет собой динамическое движение **поливариативного** педагогического процесса, построенного на использовании гибких методов и средств обучения, обуславливает творческий поиск и новаторство педагогов, а также самостоятельность и инициативу занимающихся

***Гармонизация** содержания физкультурного воспитания обеспечивает соразмерное представление в нем процессов духовного и телесного развития человека, использование средств физической культуры как социально-культурной предпосылки для гармонического формирования и реализации всего спектра способности индивида.



Физическое воспитание в то же время комплексно решает задачи умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания. Во всех формах организации физического воспитания детей (занятия, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность и так далее) внимание воспитателя направляется на воспитание мыслящего, сознательно действующего в меру своих возрастных возможностей ребенка, успешно владеющего двигательными навыками, умеющего ориентироваться в окружающем, успешно преодолевающего встречающиеся трудности, проявляющего стремление к творческим поискам.



Компоненты культуры здоровья ребёнка - дошкольника

Физическая готовность

Интеллектуальная готовность

Социально-личностная
готовность

Нравственная готовность

Эмоциональная готовность

Под воспитанием у детей культуры здоровья надо понимать:

- А) Грамотность в вопросах здоровья, достигаемую в результате обучения, практического воплощения потребности вести здоровый образ жизни;
- Б) Умение заботиться о своем здоровье.
- В) Формирование культурно-гигиенических навыков;
- Г) Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.

Система психолого-педагогической работы по данному направлению должна базироваться на определенных принципах:

Принцип системности- выработка определенной системы работы в подаче знаний о здоровье и здоровом образе жизни с учетом использования их в практической деятельности детей;

Принцип индивидуализации- учет индивидуально-типологических, психо-эмоциональных и возрастных особенностей старших дошкольников;

Принцип деятельностного подхода- организация активной деятельности дошкольника, направленной на постепенное осознание необходимости быть здоровым человеком, для того чтобы быть успешным в обучении и общении со сверстниками;



Принцип гуманистической направленности -чуткое и внимательное отношение к личным чувствам и эмоциям каждого ребенка.

Педагогическое общение должно быть направлено на эффективность обучения, на установление гуманных отношений между детьми, на создание здорового психологического микроклимата в группе.

Принцип бинарного взаимодействия- активное взаимодействие педагога с детьми в познании сил, возможностей, желаний, определения потенциала, направленного на осознанное сохранение и укрепление здоровья.

При планировании и реализации оздоровительной работы необходимо учитывать:

1. Контингент воспитанников: особенности состояния здоровья и развития детей;
2. Наполняемость группы;
3. Местные и региональные особенности, в том числе климатические и сезонные изменения.

:



Ориентиры в формировании физической культуры личности дошкольника:

Физическая подготовленность.

Опытным путем доказано, что использование современных технологий, требующих от ребенка дополнительного интеллектуального и волевого напряжения, анализа и самоанализа собственных действий, а также поисковая деятельность, «мягкое консультирование», идущее от запросов ребенка совершенствуют физическую подготовленность детей.

Формирование знаний в области физической культуры

В результате освоения физкультурных знаний у детей формируется правильное отношение к своему здоровью, развиваются умения и навыки, которые позволяют успешно взаимодействовать с окружающей средой, - дети начинают понимать, при каких условиях среда обитания безопасна для жизни и здоровья, осознавать вклад каждой системы организма в выживание и здоровье.

Эмоционально-ценностное отношение детей к занятиям физической культурой

Он тесно связан с активизацией эмоций дошкольника, развитием его высших психических функций (мышления, памяти, внимания, воображения и др.), созданием условий для проявления рефлексивного компонента самосознания.



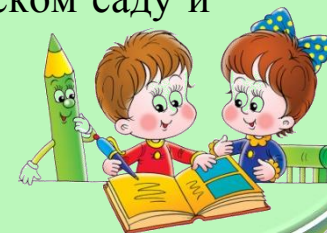
Здоровье сберегающие технологии

Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ

1. **Медико-профилактические технологии** - обеспечивающие сохранение и приумножение **здоровья детей** под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием **медицинских средств**.

2. **Физкультурно-оздоровительные технологии** –развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической **культуры дошкольников**, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика **плоскостопия** и **формирование правильной осанки**, **оздоровительные процедуры** в водной среде (*бассейне*) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о **здоровье** и др.

3. **Технологии** социально-психологического благополучия ребёнка – обеспечивающие психическое и социальное **здоровье ребёнка-дошкольника**. Основная задача этих **технологий** обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье.



4. **Технологии здоровьесбережения и здоровьедобогащения педагогов** - направленные на развитие **культуры здоровья** педагогов детского сада, в том числе **культуры профессионального здоровья**, развитие потребности к **здоровому образу жизни**.

5. **Здоровьесберегающие образовательные технологии** - это воспитания валеологической **культуры или культуры здоровья дошкольников**. Цель этих **технологий** - становление осознанного отношения ребёнка к **здоровью и жизни человека**, накопление знаний о **здоровье** и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей **дошкольнику** самостоятельно и эффективно решать задачи **здорового** образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

6. **Технологии** валеологического просвещения родителей – это **технологии**, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО, обретение ими валеологической компетентности.



Психолого-педагогические особенности формирования основ культуры здоров.

Если дети *младшего дошкольного возраста* понимают, что такое болезнь, но дать самую элементарную характеристику здоровью еще не могут. Вследствие этого никакого отношения к нему у маленьких детей практически не складывается, то к среднему дошкольному возрасту у детей формируется представление о здоровье как "не болезни". Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. Но что значит, быть здоровым и чувствовать себя здоровым, они объяснить еще не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному. В их понимании быть здоровым — значит не болеть.

На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают, нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не мочить ноги и т. д. Из этих ответов следует, что в *среднем дошкольном возрасте* дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк, а также своих собственных действиях (есть мороженое, мочить ноги и т. д.) .

В старшем дошкольном возрасте благодаря возрастанию опыта личности отношение к здоровью существенно меняется. Но наблюдается смешение понятий "здоровый", как большой, хороший (вот здорово) и "здоровый", как не больной, дети по-прежнему соотносят здоровье с болезнью, но более отчетливо определяют угрозы здоровью как от своего собственного действия ("нельзя есть грязные фрукты", "нельзя брать еду грязными руками" и пр., так и от внешней среды.



Модель формирования культуры здоровья старших дошкольников

Культура здоровья

Валеологическая
культура

Интеллектуальная
Готовность
Социально-личностная
готовность
Физкультурная грамотность

Физическая
культура

Физическая
готовность
Физкультурная
грамотность

Эмоционально-
коммуникативная
культура

Нравственная
готовность
Эмоциональная
готовность



Основная задача

Наша основная задача привить ребёнку необходимость быть здоровым – значит активным, дееспособным. Мы призваны воспитать у дошкольника уважение к собственному здоровью и желание его беречь. Важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Реализация задач, модели формирования основ культуры здоровья достигается в режимных процессах, через воспитание культурно-гигиенических навыков, а также средствами рационального питания.

Культуру здоровья дошкольника мы рассматриваем как социализацию дошкольника, подготовку его к деятельности по охране и укреплению здоровья, основанную на представлениях и опыте, которые приобретаются в педагогическом процессе в ДОУ и семейном воспитании.

Главным залогом успеха этой работы в том, чтобы сами педагоги и родители стали носителями ценностей культуры здоровья, т. к. именно взрослый человек является образцом для подражания!



Спасибо за внимание !

Будьте здоровы!!!

