

«ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Выступающий:

Абросова Светлана Дмитриевна
инструктор по физической культуре
МДОАУ ЦРР-д/с № 14 г. Зеи

(2Слайд) Существует мнение, что 40% заболеваний взрослых своими истоками уходит в детский возраст, в 5-7 лет. (3 Слайд) Причин неблагополучия в здоровье очень много, но основная - в неправильном образе жизни. (4 Слайд) Данные представленные в диаграмме свидетельствуют о неблагоприятной ситуации в состоянии здоровья воспитанников, в 2013/14году только 20% детей из 242, посещающих детский сад, считались полностью здоровыми.

(5 Слайд) Проведенный мониторинг свидетельствуют о том, что не все родители могут сформировать у ребенка установку на здоровье: в 2013/14году всего 15% родителей занимались спортом; 12% проводили закаливание детей в домашних условиях; соблюдали режим питания в семье 46%; режим дневного сна выполняли только 19% родителей.

(6 Слайд) Установка на здоровый образ жизни не появляется сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия.

Процесс обучения здоровому образу жизни неразрывно связан с двигательной активностью, поэтому, реализуя идею здоровьесберегающего обучения, я определила цель своей педагогической деятельности: создание оптимальных условий формирования культуры здорового образа жизни воспитанников через интеграцию воспитательно-образовательного процесса и организацию работы с родителями.

(7Слайд) Для решения поставленной цели выделила следующие задачи:

- 1.Организовать работу семейного клуба по приобщению воспитанников и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.
- 2.Совершенствовать взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами и воспитателями дошкольного учреждения по укреплению здоровья и формированию здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста.
3. Создать оптимальные условия для всестороннего развития двигательных способностей, физических качеств посредством организации работы кружка спортивного танца «Ритм».
- 4.Формировать у дошкольников первоначальные представления о некоторых видах спорта, работе спортивных секций города.

(8 Слайд) Для стимулирования интереса детей к занятиям спортом, ежегодно провожу серию мероприятий по знакомству детей со спортивными секциями, работающими в нашем городе, встречи со спортсменами. **(9 Слайд)** Итоговым мероприятием традиционно является спортивная дискотека « Да здравствует спорт!». На этом мероприятии всегда присутствуют спортсмены города со своими командами: тренеры детско-юношеской школы с юными гимнастами, команда киокушинкай, гандболисты и другие, включаю родителей-спортсменов к участию в данном мероприятии. **(10 Слайд)** Как инструктор по физической культуре для достижения положительного результата в своей работе я сочетаю разные формы работы с семьёй. Совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия родителей и детей –способствуют формированию двигательных навыков воспитанников и обучению родителей. Многие из них стали традиционными: «Спортивная осень», «Семья года», «Папа-мама, я - спортивная семья», **(11 Слайд)** На подобных мероприятиях обязательным стал показ практических упражнений, которые можно проводить с ребенком дома: комплексов дыхательной и артикуляционной гимнастики, самомассажа при помощи несложных предметов, упражнений для профилактики плоскостопия, средства для снятия стресса.

(12 Слайд) Для определения спортивных увлечений родителей вместе с воспитанниками оформляем газету «Спортивная жизнь моей семьи», в 2014-2015 году впервые прошел конкурс рисунков по теме «Спортивный герб моей семьи», **(13 Слайд)** и конкурс мой спортивный уголок.

(14 Слайд) В целях просветительской деятельности, популяризации физкультурно-оздоровительной, спортивной деятельности, в рамках всероссийской акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам», в 2015 году организовала благотворительную акцию «Мы выбираем здоровый образ жизни». В акции приняли участие дети всех возрастных групп, учащиеся образовательных учреждений микрорайона Светлый.

(15 Слайд) Важное значение в пропаганде здорового образа жизни придаю наглядным средствам. Особой формой наглядной пропаганды здоровьесбережения детей является газета «Неболейка», которую вместе с коллегами выпускаем третий год.

(16 Слайд) Родители воспитанников участвуют в мероприятиях не только внутри детского сада, но и в городских соревнованиях: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты», «Это наш ребенок», городских семейных стартах на воде и других.

(17 Слайд) Интеграция усилий всех педагогов по воспитанию привычки к здоровому образу жизни помогает мне достигать определенных успехов в педагогической деятельности. В практике работы сложилась система проведения совместных интегрированных мероприятий. Совместно с коллегами мы разработали методическое пособие « Три планеты здоровья» для педагогов дошкольных учреждений, пособие было отмечено дипломом первой степени в муниципальном этапе конкурса «Спорт-альтернатива

пагубным привычкам» (2015г), разработали и реализовали проекты «Здоровая семья - здоровый ребенок»(2014г), «Мы - за здоровый образ жизни»(2015г). **(18 Слайд)** Изучив педагогический опыт организации кружковой работы по физическому развитию, организовала работу кружка спортивного танца «Ритм», разработала программу занятий кружка. Ежегодно возрастает спрос родителей на занятия в данном кружке.

Заключение:

(19 Слайд) Результаты проделанной работы подтверждают эффективность использования разработанной системы:

- данные мониторинга показывают положительную динамику физического развития воспитанников;

(20,21,22 Слайд) - увеличилось количество детей, занимающихся в спортивных секция города;

(23 Слайд) - выросла активность родителей к участию в спортивных мероприятиях;

(24 Слайд) - хотя и не значительно улучшилось состояния здоровья детей, на 7% увеличилось численность детей первой группы здоровья.

(25,26,27,28Слайд) - по рейтингу физкультура – любимое занятие у 78% детей

-команда дошкольного учреждения ежегодно участвует в городских спортивных мероприятиях «Веселые старты»

(29 Слайд) Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье...

Нет, детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными,

только дети не знают, что для этого надо делать.

Объясни им и они будут беречься.

Януш Корчак