*Выступление на методическом часе для педагогов ДОУ*

**Формирование привычки здорового образа жизни у детей дошкольного возраста**

Подготовила: Воспитатель Сысоева Е.Н.

Дата выступления: 07.10.2020 г.

В соответствии с Законом *«Об образовании в РФ»* здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной.

На протяжении последних десятилетий является объектом изучения многих исследователей. Проблемой изучения формирования представлений о ЗОЖ и воспитания привычек ЗОЖ у дошкольников с нормальным развитием посвящены исследования Н. А. Андреева, Н. Г. Быкова, Л. Г. Касьянова, с задержкой психического развития и речевыми нарушениями И. Н. Новикова.

Успешное формирование представлений о ЗОЖ у старших дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно-образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребёнок-педагог-родитель.

Определить уровень представлений детей о ЗОЖ помогают диагностические задания, например «Полезная покупка», «Что делать, чтобы быть здоровым?» Проблемные ситуации «Необычное угощение», «Место для отдыха». Тест «Полезная и здоровая покупка». Игровая ситуация «Больница», «Телевизор дома». Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении.

Работа с детьми ведётся на занятиях по ознакомлению с окружающим миром «Я человек», «Что я знаю о себе? Мой организм». Во время бесед «Овощи и фрукты, полезные продукты», «Здоровье и болезнь».

Проведения опытов «Воздух вокруг нас», «Вода».

Дидактических игр «Весёлая гимнастика», «Моё настроение», «Волшебная вата».

Решения проблемно – практических ситуаций: «Подними настроение сверстнику», «Встреча с другом»

Чтения и анализа художественных произведений Г-Х Андерсен «Гадкий утёнок», Л. Толстой «Два товарища». Разучивании стихотворений, отгадывании загадок, разучивание пословиц, поговорок, закличек.

Рисования «Как мы боремся с трудностями», «Мои друзья».

Использование сказкотерапии для решения возникающих проблем. Например сказка «Смелый петушок», для робких, нерешительных детей, а также для тех, которые боятся высоты.

Подвижные игры: «Ловишка», «Удочка», «Третий лишний»

решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Используя релаксационные упражнения помогаешь ребёнку снять напряжение с мышц лица, рук, ног, туловища.

Используя коммуникативные игры *«Корабль и ветер»*, *«Бабочка»*, *«Гроза»*, *«Муравей»* развиваешь эмоциональную сферу ребенка.

Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста.

Одна из основных направлений оздоровительной работы с детьми является совместная работа с семьей в решении вопросов укрепления здоровья. Это и анкетирование, консультации, собрания, акции, индивидуальные и групповые консультации, рекомендации по организации режима дня, развитию двигательных навыков,папки – передвижки.выставки детских работ по изодеятельности на тему ЗОЖ, совместное изготовление нестандартного оборудования, атрибутов.

В своей работе стараешься использовать что – то новое, интересное – увлекаешься сам, а соответственно и увлекаешь детей, а когда данная деятельность приносит ощутимый, видимый результат – это интересно и увлекательно вдвойне.