ГККП «Детский сад №2»

**Выступление**

**Тема: «Здоровый Образ Жизни»**

Подготовила: Сенчило О.Н.

2017год

Хочу процитировать высказывание знаменитого педагога В.А. Сухомлинского:«Забота о здоровье детей – важнейший труд воспитателя, а во главе педагогических мероприятий, должна  стоять забота  об  укреплении здоровья ребенка».

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического, интеллектуального, нравственного и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем.

Таким образом, здоровье складывается из нескольких составляющих:

1. Физическое здоровье - состояние органов и систем органов, жизненных функций организма (полное физическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических недостатков).
2. Психическое здоровье – или состояние психики,  характеризующееся общим душевным равновесием.
3. Социальное здоровье  – понимается как система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде.

Дошкольное детство – период интенсивного роста, развития организма и повышенной его чувствительности к влияниям природной и социальной среды, в том числе, к профилактическим и оздоровительным мероприятиям.

Перед воспитателем ставятся следующие задачи:

* Формировать знания о здоровье.
* Развивать мотивационные установки по профилактике болезней.
* Дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья.
* Обеспечить достаточный двигательный режим.
* Учить детей на практике применять знания.
* Воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
* Создать здоровье сберегающую предметно-пространственную среду.

Таким образом, для решения этих задач необходимо проводить работу по нескольким направлениям, применяя различные формы и метод, такие как:

- Проведение организованной учебной деятельности познавательного, которые дают детям общее представление о здоровье, как о ценности, расширяют представления о состоянии собственного организма, формируют привычки здорового образа жизни; и физкультурных занятий, как средство развития физических качеств и укрепления здоровья

- проведение утренней гимнастики

- проведение подвижных и спортивных игр для развития не только физических качеств (силы, ловкости, быстроты реакции, выносливости, гибкости и др), но и эмоционально-волевых качеств (т.к. целеустремленность, чувство товарищества, взаимовыручка, находчивость и др.)

- проведение закаливающих мероприятий:

- проведение прогулок на свежем воздухе, режимное проветривание и кварцевание помещений;

-так же достаточный двигательный режим обеспечивается посредством физминуток и различных гимнастик;

- физкультурные праздники, соревнования и эстафеты кроме выполнения задач физического воспитания улучшают эмоциональный фон: повышают настроение детей и доставляют им много радости и удовольствия.

Одним из направлений работы является повышение социально-педагогической культуры родителей через консультации, мастер классы, совместные развлечения и досуги, беседы

Таким образом, укрепление здоровья дошкольников происходит в ходе воспитания и обучения, опирающегося на деятельность детей, на возрастные и индивидуальные особенности их развития и имеет фундаментальное значение, как залог здоровья на протяжении всей жизни.

***Игра «Мячик прыгает по мне»***

Цель: закреплять ориентированность ребенка в собственном теле и в пространстве .

(Я читаю стихотворение –а вы уважаемые коллеги выполняйте):

В правую руку свой мячик возьми.

Над головою его подними

И перед грудью его подержи.

К левой ступне не спеша положи.

За спину спрячь и затылка коснись.

Руку смени и другим улыбнись.

Правого плечика мячик коснется

И ненадолго за спину вернется.

С голени правой да к левой ступне.

Да на живот – не запутаться б мне.