

Работа с педагогами на тему:

«Интегрированные формы работы совместной деятельности взрослых и детей по формированию основ ЗОЖ»

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетным направлением в работе нашего дошкольного учреждения. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения и укрепления здоровья с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Мы считаем, что нет задачи более важной и вместе с тем сложной, чем вырастить, прежде всего, здорового человека и не просто здорового, а который будет осознавать важность и необходимость заботы о своем здоровье и будет знать и применять реальные приемы его сохранения. Ведь именно в дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья, когда происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки.

Для этого нужно, чтобы вся система деятельности дошкольного учреждения была включена в модель здоровьесберегающей системы, чтобы сам ребенок стал ее неотъемлемой частью и включился в деятельность по ее созданию.

Проблема интеграции – одна из актуальных и своевременных проблем в дошкольном образовании. Федеральный государственный общеобразовательный стандарт дошкольного образования рассматривает **интеграцию** как ведущий принцип реализации образовательного содержания и образовательной работы в детском саду.

В педагогической науке **интеграция** рассматривается как ведущая **форма** организации содержания образования, в том числе и на первой важнейшей его ступени – дошкольной. Почему же **интеграция** так важна для организации педагогического процесса в **детском саду**? Потому что это путь к достижению

ребенком целостного взгляда на окружающий мир, и он отвечает возможностям ребенка дошкольного возраста.

Что может и должно **интегрироваться воспитателем?**

1. **Информация** (содержания образования, которая представлено в образовательной программе);

2. Способы познания (Представление и умение детей или **опыт деятельности**, которая так же широко представлены в образовательных программах, по каждой образовательной области);

3. Человек во взаимоотношении к миру (*человек и природа; человек и общество; человек и человек*);

4. Человек и культура;

5. Объективное явление, процессы, предметы окружающего мира; Виды человеческой **деятельности**, образы, эмоции, профессии, законы, ведущие идеи, системы действий, модели объективных процессов и явления жизни.

Что оптимально для **интеграции** в дошкольном образовании?

1. Брать за основу близость содержания ведущих тем в разных образовательных областей их логическую взаимосвязь (**интегративно-тематический подход**);

2. **Формировать интегрированные** программы с учетом приоритетных направлений образовательных учреждений;

3. **Интегрированные занятия и другие формы совместной деятельности педагога и ребенка** (*экскурсии, конкурсы, кружки, игры и т. д.*);

4. **Интегрированные дни** (на протяжении всего дня проводятся серии занятий и других **форм совместной деятельности** с детьми объединенных общей идеей или проблемой).

Как воспитателю подготовить **интегрированное занятие?**

1. Четко определить цели цикла и цель и задачи каждого занятия в отдельности.

2. Определить содержание образовательного материала:

- Проанализировать программу по образовательным областям;

- Выявить одинаковые темы;

- Объединить их с точки зрения ведущей идеей цикла занятий, идеи воспитания, развития ребенка.

3. Подобрать дополнительный материал из разных образовательных областей ФГОС ДО (Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие, Познавательное развитие, Художественно-эстетическое развитие, Физическое развитие);

4. Определить методы, средства и **формы организации занятия:**

- Работа с литературным текстом (проза и стихотворение – **формулировка** уточняющих вопросов детям, не большие задания творческого или игрового характера, беседа по тексту или с музыкальным отрывком);

- Экспериментирование, дидактическая игра;

- Игра-фантазирование **детей** по тексту литературного или по содержанию музыкального произведения («*Представь, что ...*»);

5. Продумать сочетание групповой и индивидуальной работы на занятии: дидактические игры, работа с карточками, индивидуальные задания и т. п.

6. Обозначить конкретные результаты занятия с учетом **интегрируемых** образовательных областей программы;

7. Определить критерии эффективности **интегрированного занятия** (*экспресс-диагностика*).

Вашему вниманию предлагаются некоторые **формы интегративной деятельности**, которые я применяю в работе с детьми: развивающие сказки (например, «*Колобок*»), различные подвижные игры, ловишки, зарядка, физические минутки, танцевальные движения (во время развлечений, которые могут выполняться **совместно с родителями**).

Проведение **интегрированных** занятий с детьми дошкольного возраста позволяет не только решать образовательные задачи, но и оказывает позитивное влияние на повышение профессионального мастерства педагогов. **Интегративно-педагогическая деятельность** требует тщательной координации действий **взрослых друг с другом**, тщательного определения ими

оптимальной нагрузки на детей, четкости, компактности и логической взаимосвязанности в подборе материала.

В своей деятельности мы исходим из того, что успешное формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников возможно только при осуществлении целенаправленной, систематической воспитательно - образовательной работы в детском саду и семье, согласованного взаимодействия в триаде ребенок-педагог-родитель, инициатором и координатором которого выступает воспитатель.

Для каждого компонента здоровья были определены соответствующие направления работы, которые должны проводится и в непосредственно-образовательной деятельности и в режимные моменты, и, конечно, в работе с родителями, т. е. пронизывать весь учебно-воспитательный процесс.

Вся методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ними, с акцентом на их поисковую активность, побуждая детей к творческому отношению при выполнении заданий, самостоятельности и ответственности.

Одной из приоритетных задач, стоящих перед нашим коллективом, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Главным препятствием, с которым мы столкнулись, стало отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью. Потребность в здоровье детей есть у родителей, педагогов детского сада и все вместе мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Мы считаем, что главное - помочь детям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

При создании определенных условий возможно. Необходимо погружение ребенка в особо организованную жизненную среду, формирующую привычки здорового образа жизни без их декларирования взрослыми. Важно уметь конструировать познавательную деятельность детей на занятиях, в быту и в игре.

Уровень состояния здоровья (физического и психоэмоционального) детей как дошкольного, так и школьного возраста ежегодно падает. Это зависит от множества причин, в том числе и от увеличения умственной нагрузки, уменьшения возможности для двигательного и эмоционального отдыха, низкого уровня знаний о ЗОЖ.

Отношение детей к своему здоровью - фундамент, на котором может быть выстроено здание потребности в ЗОЖ. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Необходимо, чтобы дети поняли: сложное, но в высшей степени хрупкое создание природы, и свое здоровье, и свою жизнь надо уметь защищать с самого раннего возраста.

Определили цель работы с детьми по формированию ЗОЖ: организовать окружающую среду и все виды детской деятельности дошкольников таким образом, чтобы она обеспечивала каждому ребенку разностороннее и гармоничное развитие, помогала ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышала его уровень развития, приобщала к культуре и здоровому образу жизни.

Формирование здорового образа жизни у дошкольников - это целостный процесс.

Система работы с детьми предполагает различные формы, средства и методы формирования основ здорового образа жизни у дошкольников. Основными формами работы являются занятия, досуги, режимные моменты, спортивные соревнования и праздники.

В режиме дня и занятий рационально используются двигательные и эмоционально-психологические разгрузки (физкультурные минутки, минутки здоровья, двигательные разрядки, элементы релаксации).

В ходе физкультурно-оздоровительной работы развивают физические, психические и нравственные качества детей, воспитывают самостоятельность, творчество.

Средствами формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников являются дидактические и сюжетно-ролевые игры,

художественная литература, продуктивная и предметно-практическая деятельность.

В сюжетно-ролевых играх "Больница", "Семья" следует формировать у дошкольников поведение, способствующее ЗОЖ, на основе представлений о значении для здоровья проветривания помещения, его влажной уборки, стирки белья, ограничения времени просмотра телевизора, использования для профилактики заболеваний закаливающих мероприятий, санитарно-гигиенических процедур, нелекарственных средств.

На музыкальных занятиях у детей формируют представления о значении для ЗОЖ развития творческих возможностей человека.

Досуги способствуют созданию условий эмоционального восприятия детьми сведений о ЗОЖ, закреплению полученных представлений и их систематизации. Содержание досугов может быть направлено на обучение правильному и безопасному поведению в природной среде, на формирование основ экологической культуры личности.

Режимные моменты используют для формирования и закрепления у детей санитарно-гигиенических навыков, опыта закаливания.

Формирование осознанного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих является также необходимым условием воспитания здорового ребенка в детском саду. Оно осуществляется на всех этапах развития ребенка-дошкольника и учитывает особенности его моторного развития, познавательных функций и речи.

Потребность в здоровье и здоровом образе жизни у ребенка формируется также на основе представлений о самом себе, своих физических и личностных возможностях, о том, что для здоровья вредно, а что полезно. Например, вредно не чистить зубы, не стричь ногти, не заниматься гимнастикой. Эти знания дети приобретают на специальных занятиях в нашем детском саду.

Чтобы ребенок научился следить за своим здоровьем и охотно выполнял все необходимые процедуры, мы считаем, что его нужно научить любить свое тело, познакомить с его строением, научить правилам элементарного ухода за своим

телом и привить навыки самообслуживания. Делать это нужно с самого младшего возраста. Обретение детьми опыта здорового образа жизни осуществляется через согласованную деятельность с родителями. Активно привлекаем родителей к совместной работе. В детском саду проводятся праздники, конкурсы, мастер - классы по ЗОЖ, дни здоровья, спортивные развлечения, дни открытых дверей.

В работе с родителями часто используем различные тесты, анкеты, которые помогают родителям определить, умеют ли они заботиться о своем здоровье. Родители активно принимают участие в изготовлении нестандартного оборудования и пособий для профилактики плоскостопия, атрибутов для игр.

Было нелегко создать мотивацию для привлечения родителей к совместной работе. И только увидев и оценив изменения, происходящие с их детьми, родители постепенно стали активными помощниками для воспитателей.

Здоровье — это большой дар, без которого трудно сделать жизнь счастливой, интересной и долгой.

Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребёнка? Как привить навыки здорового образа жизни? Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента психического и физического здоровья. Ведь именно до семи лет идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков ЗОЖ, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

При работе с родителями, присутствуя и выступая на родительских собраниях, проводя индивидуальные беседы, а так же анкетирование, подтвердилось то, что каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, но не все задумываются о том, как сделать так, чтобы дети вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми.

Наблюдая за детьми старшего дошкольного возраста, я отметила, что не все дети делают физические упражнения осознанно, но за то у детей есть интерес к строению своего тела, они хотят узнать о себе больше и подробнее. Самое интересное и непонятное для ребёнка — это он сам: «Кто я? Какой я? Что у меня внутри?» Это только небольшая часть вопросов, которые задаёт ребёнок. Ответить на них самостоятельно он не может.

Цель: научить детей не только различать и правильно называть свои части тела, органы, работу отдельных органов своего тела, но и приучать бережно относиться к своему организму. В процессе ознакомления дошкольников с человеческим организмом решаются следующие задачи... В совместной работе с детьми использую серию книг: «Как устроено тело человека». Главные герои этих книг: Маэстро, Толстяк, Глобина и др. помогают проникнуть в человеческий организм и узнать его секреты. Это так интересно! Дети через себя учатся видеть других людей. Любимые герои помогают открыть всё новые и новые секреты человеческого тела. А как здорово, собирать и разбирать анатомические модели...

Дети познают удивительную вселенную организма человека. Для общения с детьми использую игрушку – бибобо «Бычок» .

Именно он беседует, играет, шутит с детьми, вводит в мир удивительных путешествий по организму человека. Радость, удивление, смех переполняют детей при обучении с «Бычком». Игры по валеологии «Здоровая кожа», «Правильное питание», «В гостях у Аскорбинки» и др.

Стимулируют активность детей, они ощущают себя «знатоками», умеющими правильно принимать решения в нужной ситуации. Дети высказывают свои впечатления. Например: «Этот малыш не кушал морковь, ел много сладкого и, поэтому, у него заболели зубы» и т. п. В совместной деятельности с детьми пришла к выводу: надо написать свой перспективный план.

В каждом познавательном блоке представлены разнообразные формы, методы и средства работы с дошкольниками: занятия, дидактические игры и упражнения, элементарные опыты, наблюдения, экскурсии, продуктивные виды

деятельности, чтение художественной литературы. При этом велика роль наглядного материала. Я оформила папку «Помоги себе сам».

А вы пробовали рисовать с помощью ступней и пальцев ног? А мы делаем это с большим удовольствием...

Такое рисование:

- активизирует чувствительные точки ступней;
- вступают в работу ягодичные мышцы и мышцы бедра;

А если рисовать сидя на полу, не опираясь на руки, то в работу вступают мышцы спины и живота.

Рисование ногами даёт чувство свободы. Ноги обладают тонкой чувствительностью, но большую часть времени они заключены в обувь, в которой ничего не могут чувствовать. Это занятие помогает снять накопившееся эмоциональное напряжение.

Каждый художник, каждый талантлив, а происходящий во время рисования массаж ног может быть приятным и успокаивающим, а так же это профилактика плоскостопия.

Метод Су – Джок терапия:

Это последние достижения восточной медицины. В переводе с Карейского Су – кисть, Джок – стопа.

«Я мячом круги катаю.

Взад – вперёд его гоняю.

Им поглажу я ладошку

Будто я сметаю крошку

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой качну...»

Цель массажа: воздействовать на биологически активные точки по системе Су – Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга.

Так же для профилактики плоскостопия использую босохождение по камням, дорожкам «здоровья».

Дети очень любят игры: «Перенеси пробки», «Выложи гусеницу», «Геометрические фигуры» и др.

А ещё мы умеем играть в шашки руками и ногами.

На физкультурных занятиях часто использую нетрадиционное оборудование: «Попади в цель», «Скакалки», «Мишень», «Бильбоке» и др.

Опыт показывает, что в старшем дошкольном возрасте дети без особых усилий усваивают знания о строении организма и приобретают первоначальные навыки ОБЖ, если занятия преподносятся в доступной и увлекательной форме.

Различные виды деятельности подчинены одной цели – мотивации ЗОЖ и формированию здоровья.

«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бежит, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

Жан Жак Руссо