**Консультация для воспитателей**

**«Формирование привычки здорового образа жизни в условиях учреждения дошкольного образования»**

В современном обществе предъявляются новые, все более высокие требования к человеку, в том числе к ребенку – к уровню его развития. Становится понятно, что успешный ребенок – это в первую очередь здоровый ребенок. Именно поэтому можно сделать вывод, что современное образование - это образование, которое заботится о сохранении и укреплении здоровья воспитанников.

Роль педагога ДОУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника культуре здоровья.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это – основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.

Развивающая среда детского сада является той базой, на основе которой закрепляются знания детей, полученные в процессе организованной образовательной деятельности, формируется интерес к рассматриваемым темам. Большое внимание необходимо уделять комфортности развивающей среды. Она должна быть целесообразной, удобной, настраивающей на определенный эмоциональный лад.

Задачи ДОУ по формированию ЗОЖ дошкольника:

- создание здоровьесберегающей среды (выполнение СанПиНа, условия для двигательной активности) ;

- оказание помощи ребенку по накоплению необходимого опыта и знаний для успешного выполнения задач по воспитательно-оздоровительной работе;

-формирование через активную деятельность здорового организма дошкольника, его динамического и устойчивого состояния к условиям жизни;

-формирование навыков саморегуляции поведения, направленных на осознанное сохранение и укрепление здоровья;

-работа с семьями воспитанников по вопросам формирования ЗОЖ ребенка.

Формы работы с семьями воспитанников:

-лекции;

- консультации с привлечением специалистов;

-совместные досуговые мероприятия;

-семинар-практикум;

- родительский клуб;

-наглядная информация;

-привлечение родителей к открытым занятиям

Очень важно с самого раннего возраста воспитывать у детей активное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье - самая величайшая ценность, дарованная человеку природой, поэтому задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна.

В дошкольном детстве закладывается позитивное отношение к себе и окружающим людям. И именно в этот период важно привить детям культуру здоровья, которая является частью общечеловеческой культуры, позволяющей личности осуществлять любой вид деятельности. Выдвигаемая в нормативно-правовых документах на передний план категория «качество образования» непосредственно связана с категорией «здоровье» в ее современном понимании, т. е. гармоничное сочетание физического, психического, и социального благополучия. В соответствии с ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования в обязательную часть программы введена образовательная область «Здоровье». Содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решения следующих задач:

· сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

· воспитание культурно-гигиенических навыков;

· формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

По моему мнению педагогическая задача состоит в том, чтобы не задавить ребенка потоком пока еще неосознанной им информации, а дать возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности.

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

«Если нельзя вырастить ребёнка, чтобы он не болел, то, во всяком случае, поддерживать у него высокий уровень здоровья вполне возможно», Н. М. Амосов.

Источник:

http://www.maam.ru/detskijsad/formirovanie-privychki-zdorovogo-obraza-zhizni-v-uslovijah-doshkolnogo-uchrezhdenija.htmlКонец формы