Семінар-практыкум па тэме

"Фарміраванне звычкі да здаровага ладу жыцця

у дзяцей дашкольнага ўзросту»

Мэта семінара: сістэматызаваць веды педагогаў па фарміраванні звычкі да ЗЛЖ у дзяцей дашкольнага ўзросту.

Задачы семінара:

Фарміраваць і замацоўваць прафесійныя веды, уменні і навыкі педагогаў у рабоце з дзецьмі па захаванню і ўмацаванню здароўя.

Спрыяць росту педагагічнага майстэрства, стварыць спрыяльную атмасферу для творчай працы ўсіх удзельнікаў.

План правядзення:

1 частка. Тэарэтычная.

2 частка. Практычная-калектыўная дзейнасць.

Фарміраванне здаровага ладу жыцця праз азнаямленне дашкольнікаў з алімпійскім рухам-праект "Малыя Алімпійскія Гульні" інструктар па фізічным выхаванні, выхавальнікі. Калектыўная творчая дзейнасць-распрацоўка напрамкаў, этапаў рэалізацыі, асноўных мерапрыемстваў праекта.

Рашэнне крыжаванкі на тэму ЗОЖ.

Тэма ЗЛЖ у прыказках і прымаўках.

Складанне памяткі для бацькоў.

Хатняе заданне.

Прадстаўленне прэзентацый, відэаматэрыялаў для працы з дзецьмі па тэме фарміравання здаровага ладу жыцця.

1 частка. Тэарэтычная (прэзентацыя)

Дашкольны ўзрост лічаць найбольш важным для фізічнага і разумовага развіцця дзіцяці. У гэты перыяд закладваюцца асновы яго здароўя, фармуюцца галоўныя рысы характару. Таму прыярытэтным напрамкам адукацыі для любога ДУ застаецца захаванне і ўмацаванне здароўя дзіцяці, фарміраванне ў яго звычкі да здаровага ладу жыцця. Галоўная задача дашкольнай установы-выпрацаваць у дзяцей разумнае стаўленне да свайго арганізму, прышчапіць неабходныя санітарна-гігіенічныя навыкі, навучыцца весці здаровы лад жыцця з ранняга дзяцінства.

Праблеме фарміравання звычкі да здаровага ладу жыцця ў дзяцей дашкольнага ўзросту і будзе прысвечаны наш сённяшні СЕМІНАР.

Паспяховае фарміраванне ўяўленняў аб ЗЛЖ у дзяцей дашкольнага ўзросту ў многім залежыць ад мэтанакіраванай сістэматычнай выхаваўча-адукацыйнай працы ДОУ і ў сям'і, стварэння ўмоў для ажыццяўлення педагагічнага працэсу, узгодненага ўзаемадзеяння ў трыядзе дзіця – педагог – бацька, ініцыятарам і каардынатарам якога павінен выступаць педагог.

На сённяшні дзень існуюць пэўныя цяжкасці ў вырашэнні праблемы фарміравання здаровага ладу жыцця ў дзяцей:

Не заўсёды ўлічваюцца ўзроставыя асаблівасці дашкольнікаў, дзецям прапануецца даволі складаная інфармацыя адносна структуры і функцый мозгу, нырак, печані, сэрца і т .д.;

Фарміраванне здаровага ладу жыцця ва ўмовах дашкольнай адукацыйнай установы часта абмяжоўваецца асобнымі мерамі, якія праводзяцца дзе большага эпізадычна і бессістэмна;

Пры правядзенні заняткаў з дашкольнікамі па валеалогіі пераважае рэпрадуктыўны метад;

Адсутнасць навочнага матэрыялу і недастатковае выкарыстанне ІКТ;

Праблема фарміравання здаровага ладу жыцця дашкольнікаў недастаткова асветленая ў псіхолага-педагагічнай літаратуры;

У вырашэнні задач фарміравання здаровага ладу жыцця часта не выкарыстоўваецца прынцып інтэграцыі адукацыйных абласцей;

Алгарытм фарміравання патрэбы здаровага ладу жыцця для дзіцяці такі: ад задавальнення - да звычкі, ад звычкі – да патрэбы.

Для фарміравання патрэбы ў здаровым ладзе жыцця неабходна:

развіваць у дзяцей дашкольнага ўзросту навыкі асабістай гігіены і навыкі аказання першай дапамогі;

фарміраваць у дзяцей элементарныя ўяўленні:

аб карыснасці, мэтазгоднасці фізічнай актыўнасці і асабістай гігіены (пры правядзенні заняткаў звяртаць увагу дзяцей на значэнне канкрэтнага практыкаванні для развіцця пэўнай групы цягліц; пры выкананні гігіенічнай працэдуры распавядаць дашкольнікам пра яе ўплыў на стан скуры, зубоў і т. д.);

пра спосабы зберажэння псіхічнага здароўя (пазітыўны эмацыйны настрой, развіццё ўмення кантактаваць з іншымі людзьмі, уменні расслабляцца і інш.);

падтрымліваць ўзнікненне ў дзяцей у працэсе фізічнай актыўнасці станоўчых эмоцый, пачуцці " мышачнай радасці”;

прыцягваць бацькоў да фарміравання ў дзіцяці каштоўнасцяў здаровага ладу жыцця.

2 частка

1.Фарміраванне здаровага ладу жыцця праз азнаямленне дашкольнікаў з алімпійскім рухам-праект "Малыя Алімпійскія Гульні" інструктар па фізічным выхаванні, выхавальнікі. Калектыўная творчая дзейнасць-распрацоўка напрамкаў, этапаў рэалізацыі, асноўных мерапрыемстваў праекта.

**2.**Решение кроссворда “Здоровье”.

1. Один из природных закаливающих факторов (вода).
2. Лекарственное растение, название которого происходит от имени древнегреческого бога (адонис).
3. Бегун на короткие дистанции (спринтер).
4. Точно размеренный распорядок действий на день (режим).
5. Продукт питания, полезный для здоровья ребёнка (молоко).
6. Крупнейшие международные спортивные соревнования (олимпиада).
7. Вид спорта (альпинизм).
8. Предмет для игры в спортивные и подвижные игры (мяч).
9. Растение, обладающее фитонцидными свойствами (чеснок).
10. Спортивный инвентарь (коньки).
11. Способность организма противостоять различным болезнетворным микроорганизмам (иммунитет).
12. Вид активного отдыха (туризм).
13. Витаминный напиток (морс).
14. Физиологический процесс, во время которого происходит отдых организма (сон).



3. Замяніце прапанову прыказкай.

- Беражы здароўе (Беражы сукенка знову, а здароўе змаладу. Хворы-лячыся, а здаровы, дык сцеражыся.)

- Еш цыбулю (цыбуля ад сямі хвароб. цыбуля -здароўю сябар.)

- Будзь бадзёрым, займайся фізкультурай (у здаровым целе, здаровы дух. Хуткага і спрытнага і хвароба не дагоніць.)

- Умывайся, прымай душ кожны дзень (чысціня – залог здароўя)

- Здароўе неацэнна (Здароўе за грошы не купіш)

- Здаровы ўсё адолее (здароваму і гора не гора, а бяда не зарок)

- Здароваму ўсё па плячы (здароваму і гора не гора, а бяда не зарок.)

- Загартоўвае з дзяцінства (ззамаладу загартоўвае – на ўвесь век спатрэбіцца).

4. Распрацоўка памяткі для бацькоў "здароўе дзіцяці -" праграма мінімум”

Памятка для бацькоў " здароўе дзіцяці”

("праграма мінімум" ў навучанні дзяцей здароваму ладу жыцця)

паласкаць рот пасля кожнага прыёму ежы, чысціць зубы раніцай і на ноч;

мыць гародніну і садавіна праточнай вадой;

мыць рукі пасля ежы, пасля наведвання туалета;

штодня мяняць шкарпэткі, трусікі, насавыя хусткі;

штодня здзяйсняць пешыя прагулкі;

умець расслабляцца, гасіць адмоўныя эмоцыі;

пазбягаць небяспечных сітуацый для жыцця і здароўя;

клапоціцца аб чысціні навакольнага асяроддзя /групе, участку, клумбы і інш./;

сачыць за сваёй выправай;

ведаць як правільна паводзіць сябе ў грамадскіх месцах; /замацоўваць звычкі станоўчага паводзін, добразычлівае стаўленне да дарослых і аднагодкам, паступаць адпаведна нормамі і правілам паводзін/;

паважаць адзін аднаго. Чуйна ставіцца да людзей з абмежаванымі магчымасцямі;

умець кантактаваць з іншымі людзьмі.

5. Формы ўзаемадзеяння з бацькамі па фарміраванню ў дзяцей уяўленняў аб ЗОЖ.

Калектыўная дзейнасць-запаўненне табліцы

Прыкладны варыянт запаўнення табліцы: