Буряад Улас

«Муяын аймаг» гэһэн нютагай засагай байгууламжын захиргаан

Нютагай засагай һургуулиин урдахи болбосоролой бюджедэй эмхи зургаан

Хүүгэдэй хүгжэлтын түб – хүүгэдэй сэсэрлиг «Сказка»

Республика Бурятия

Администрация муниципального образования «Муйский район»

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребёнка - детский сад “Сказка”

**Консультация для педагогов**

**«Методические рекомендации по проведению здоровьесберегающих**

**занятий с детьми различных возрастных групп»**

Педагог: Яковлева В.М.

п. Северомуйск

**Методические рекомендации по проведению здоровьесберегающих**

**занятий с детьми различных возрастных групп.**

Одним из актуальных аспектов формирования личности ребёнка является валеологическое воспитание, которое можно рассматривать как органическую часть всего педагогического процесса.

Валеологическое воспитание включает систематическое изучение основных сведений по охране здоровья и привитие гигиенических навыков на занятиях, проводимых на основе здоровьесберегающей педагогики.

Валеологизация образовательного процесса предусматривает и контроль за применением на практике приобретенных знаний и умений, привлечение детей к участию в проведении мероприятий по охране здоровья (день здоровья и т.д.), а также диагностику здоровья детей с последующим мониторингом.

Ни одна современная методика дошкольного образования не обходится без использования сказочных форм. Валеология не стала исключением. В игровые занятия вводятся сказочные примеры правильного или неправильного поведения в определенных ситуациях.

Неоценима роль сказок в закреплении и иллюстрировании основных валеологических тем: питание, ОБЖ, культурно – гигиенические навыки.

Валеологическая сказка – сказка которая сохраняя все достоинства этого жанр может отвечать требованиям современных валеологических и образовательных задач., т.е. объяснять и объединять составные здоровья. Это валеологическое направление называется сказкой о сказках.

Данное направление учитывает особенности дошкольного возраста и опирается на игровую деятельность детей, делая акцент на наглядность, формы и содержание. Основа «сказки о сказках» - принцип построения игр – матриц, когда одну и ту же сказку можно каждый раз моделировать, пересочинять, изменять героев, сюжет.

Последовательное построение сказок даёт возможность каждой последующей сказке дополнять, расширять сюжет. Таким образом, сказки объединяются и образуют одну сказку о сказках. Сказки на фланелеграфе побуждают детей обыгрывать, создавать свой сказочный мир. В начале сказки, сказочная страна выглядит пустынно, безжизненно. Но с развитием сюжета, дети постепенно заполняют фон яркими красками, удивительными персонажами, животными, растениями. В каждой последующей сказке волшебная страна оживает и расцветает.

Опыт многих поколений показал, что самый действенный метод воспитания - это игра. Переоценивать роль игры в жизни ребёнка невозможно; игра - это сама жизнь ребёнка. Но игра, развивая ребёнка, развивается сама, так как напрямую зависит от социальных и исторических условий жизни.

Только используя, ведущий для ребенка, игровой вид деятельности, мы сможем подарить ему здоровье, делая это интересно, весело, ненавязчиво и на всю жизнь.

Главная цель валеологических игр - формирование представлений о здоровом образе жизни.

Игры - матрицы - это интегрированные игры, сочетающие в себе возможности для решения большого количества образовательных и оздоровительных задач объединенных общей темой.

Выбор темы для игры будет меняться в зависимости от задач, психологического, эмоционального состояния детей и других факторов.

Матрица - это базовая модель. Она может быть представлена в виде жилого дома, или стадиона или замка с комнатами, залами, игровыми площадками, с соответствующими персонажами, с атрибутами, игровыми заданиями. Такое строение базовой модели представляет широкие творческие возможности для работы по изучению отдельных тем (правила гигиены, культуры, питания и т.д.) так и для обобщения знаний по теме.

Игры - матрицы рассчитаны на использование в различных возрастных группах. Сначала даются детям знания об отдельных понятиях, а затем благодаря мобильности базовой модели расширяются эти знания и закрепляются.

Валеологическая игра - матрица «Дом гномов» разработана в форме дома из шести комнат (прихожая, гостиная, ванная, спальная, кухня, игровая).

Основная тема: «Режим дня».

Входящие темы: «Питание», «Одежда», «ОБЖ», «Мои любимые игрушки», «Культурно-гигиенические навыки».

На первом этапе происходит знакомство с «хозяевами» дома - гномами и Белоснежкой. Затем, исходя из поставленной цели, мы либо знакомим детей с тем, как проходит день в доме (закрепляя и формируя знания о необходимости соблюдения режима дня), либо останавливаемся в одной из комнат для игры внутри её. («Помоги Белоснежке накрыть на стол», «Собери гномов в ванную комнату» и т.д.) В доме много волшебных предметов - говорящая зубная щётка, волшебные зонтики, поющий чайник. Есть волшебная комната, каждый раз преображающаяся с сюрпризами и загадками.

Итак, что же думают наши воспитанники о здоровье и почему? Дети младшего дошкольного возраста затрудняются определить, что же такое здоровье и кто такой здоровый человек. Чаще всего они пожимают плечами и говорят: «Не знаю». Некоторые дети от 2 до 3 лет рассуждают так: здоровый - это тот, кто моет руки, слушается взрослых, делает зарядку; который не боится врачей; здоровье - это витамины. А один малыш вот что сообщил: « бабушка говорит, что я здоровый, потому что у меня аппетит хороший, люблю поесть».

«Быть здоровым хорошо!» - считают все дети, как младшего, так и старшего возраста. Для того, чтобы не болеть и чувствовать себя хорошо. Малыши предлагают, обязательно мыть руки, носить одежду, не трогать чужих собак и кошек. Также встречаются и оригинальные ответы: чтобы не болеть, не ненужно долго смотреть на руки; надо носить перчатки; не обижать чужих собак и котят; нужно охранять одежду от вредных микробов; надевать тапочки зеленого цвета.

Плохое настроение вредит здоровью, считает большинство старших дошколят. «Когда человек грустит или злится, то получает вредные эмоции, становится еще хуже», «Нельзя быть злым, ты всех обижаешь - это плохо... даже собака не хочет к тебе подходить», «Когда человеку грустно, у него много эмоций, он беспокойный». Но не все дети так считают, некоторые рассуждают так: «Плохое настроение не вредит. Когда человек плачет, ничего не происходит», «Иногда хочется поплакать, а потом становится легче...», «Когда я злюсь на себя, мне даже потом хорошо, что-то получается, а когда на других - то ничего не получается», «Бывает плохое настроение... И что? Потом оно проходит, но ведь я не болею.

А чтобы не болеть, наши малыши считают, что человек должен беречь глаза и уши. Для этого, рассуждают они, надо надевать очки, включать свет, сидеть за столом на стульчике, закапывать в глазки капли, красить реснички. Чтобы глазки не болели, нельзя: долго смотреть телевизор, рыбок; низко наклоняться, когда сидишь за столом; учиться писать и читать. Чтобы не болели ушки, младшие дошкольники предлагают: не совать в них палки, карандаш, всякую траву; не ковырять в ушах; чистить уши; не включать громко музыку, магнитофон.

Старшие дошкольники знают, что есть вредные и полезные микробы. Их рассуждение о вредных микробах носят следующий характер: микробы - это маленькие плохие, которые нас заражают.

Доминирующее большинство детей 5-6 лет считают себя здоровыми. Объясняют они это так: «Я ведь хожу в детский сад и школу, гуляю. Когда болеешь, этого не делаешь», «Я хорошо кушаю, чищу зубы, мне сделали прививку», «Я не кашляю, не чихаю - значит, здорова!». Здоровым в своей семье практически все дети считают папу. Интересны аргументы дошкольников: «Здоровый папа. Он большой и говорит, что, если будет болеть, не будет приносить денег», «Самая здоровая мама, так как она нас все время лечит», «Бабушка не может быть здоровой, она курит. Здоровый дедушка, он для здоровья пьёт».

А вот каковы рассуждения воспитанников о строении тела человека. Младшие дошкольники не могут назвать главную часть человеческого тела, некоторые из них все же называют голову, объясняя свой ответ так: «потому что большая», «потому что смотрит». Некоторые малыши считают, что грудь, а некоторые – что руки.

Старшие дошкольники размышляют, зачем человеку руки, ноги, туловище, голова… «Руки – для того, чтобы кушать. «Ноги – для того, чтобы ходить, бегать» - так отвечают все малыши. Голова нужна, чтобы смотреть, видеть, дышать, «чтоб не умер», «голова нужна для тела». «А туловище нужно для того чтобы лежать», «чтобы у человека было тело, а тело держат ноги – они для этого нужны тоже».

В социальном аспекте здоровье глазами детей старшего дошкольного возраста - это быть вежливым, не быть злым и не драться, а также не создавать опасные ситуации своим поведением и общением.

Вот таким образом современные дошкольники рассуждают о здоровье. Так интерпретируют его. Для педагога дошкольного образования важно иметь представление об особенностях детских рассуждений, их своеобразии, так как именно имеющиеся у ребенка понятия становятся отправной точкой в проектировании содержания личностно-ориентированного педагогического процесса в детском саду.