**Городское бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение детский сад №6 Адмиралтейского района**

**г. Санкт-Петербург**

**Доклад**

**«Формирование культуры,**

**самостоятельного мышления,**

**целостности картины мира,**

**основ личной гигиены**

**и здорового образа жизни**

**у младших дошкольников»**

**Составила воспитатель ГБДОУ №6 Ахметшина Р.А.**

**2014**

 В настоящее время в общеобразовательных учреждениях актуален вопрос отношения человека к собственному здоровью, как к общественной ценности.

 День ото дня растёт статистика детских заболеваний, что связано с такими негативными явлениями современной жизни, как экологическое неблагополучие, низкий уровень развития института брака и семьи; массовое распространение алкоголизма, курения, наркомании.

 Сегодня в современном обществе нас уже с раннего детства волнует культура поведения человека в обществе и личное отношение к миру. Ведь общественное здоровье в конечном счете складывается из здоровья членов всего общества.

 **В частности, в ДОУ от выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их собственное здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.**

 Поэтому с первых дней поступления детей в группу, когда нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каж-дый день, систематически и неоднократно, мы формируем основы личной гигиены и начинаем воспитывать навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, здорового образа жизни, поддержания порядка в окружающей обстановке, а также правильных взаимоотношений друг с другом и со взрослыми.

 В процессе повседневной работы мы, воспитатели, стремимся к тому, чтобы выполнение необходимых правил стало для детей естественным, а навыки совершенствовались. Это способствуют формированию и развитию такого важного фактора психического развития, как развитие воли.

 **Дети приучаются выполнять не только то, что им приятно, но и то, что в первую очередь необходимо.** Формируются такие волевые качества личности, как организованность, дисциплинированность, настойчивость, самостоятельность.

 В  ***основы здорового образа жизни***для нашей возрастной группывходят такие понятия как:

* Воспитание здоровых привычек и навыков с раннего детства;
* Соблюдение правил личной гигиены;
* Знания о влиянии предметов на здоровье;
* Физически активная жизнь, когда физические нагрузки выполняются в соответствии с возрастными особенностями.

 **При формировании перечисленных навыков мы, воспитатели группы, придерживаемся следующих принципов:**1. От простого к сложному.
2.  Воспитывающая и развивающая направленность.
3. Самостоятельность.
4.  Учет возрастных и индивидуальных особенностей.
5.  Сохранение положительного эмоционального настроя детей.

 **ЗОЖ как средство формирования целостной картины мира предполагает, что педагогика призвана построить в душе ребенка «стройный образ мира», «живое» представление о мире.**

 Формирование целостной картины мира является необходимой предпосылкой становления личности и означает, что человек способен понимать окружающий мир, отводя себе в нем вполне определенное место. Сформированная целостная картина мира поможет ребенку легче адаптироваться в мире, в котором ему предстоит жить.

 **Для детей нашей возрастной группы формирование целостной картины мира и расширение кругозора мы ведём через знакомство с предметным окружением по принципу от простого к сложному**.

 Например, при знакомстве в начале учебного года с темой **«Овощи-фрукты»**, мы говорим не только об их внешнем виде, но и о пользе для организма, знакомим с витаминами, их значением для организма. Говорим, что организму требуется пища, богатая витаминами, которых много во фруктах,  овощах, зеленом луке, проводим ознакомительную беседу «Овощи и фрукты-полезные продукты», «Растения в огороде», дидактические игры «Наполни баночку витаминами», «Витамины - это таблетки, которые растут на ветке». проводим дидактические игры «Наполни баночку витаминами». Во время организации совместной деятельности по лепке и рисованию на тему «Осенний урожай» также говорим о пользе витаминов и их значении, в процессе чтения РНС «Репка» и стихотворения «Про девочку, которая плохо кушала» организуем подвижную игру «Огуречик-огуречик» и др.

 Во 2-м полугодии добавляется загадывание загадок об овощах и возможность обогатить знания о витаминах при посадке зелёного лука.

 Поскольку формирование навыков ЗОЖ в начале учебного года мы начинаем с привития навыков личной гигиены и самообслуживания, в начале учебного года уместно чтение стихотворений «Мойдодыр», «Девочка чумазая», организация беседы «Как правильно мыть руки и лицо» и Д/У «Кто у нас красивый?», «Ладошки скрипят - спасибо говорят».

 Во 2-м полугодии можно добавить загадывание загадок про части тела: брови, глаза, нос, зубы, язык, руки, проводить самомассаж частей тела и беседы на более сложные темы «От простой воды и мыла у микробов тают силы», «Осторожно – микробы». **При выполнении разнообразных видов детской деятельности: игровой, совместной, практической мы ставим следующие задачи:**1. Формировать у детей умение самостоятельно обслуживать себя.
2. Воспитывать стремление быть всегда аккуратными и опрятными.
3. Учить правильно пользоваться предметами личной гигиены.
4. Быть физически развитым.
5.  Способным решать интеллектуальные и личностные задачи, адекватные возрасту.

 **Для реализации поставленных задач по формированию КГН в 1 квартале мы используем:
1. Дидактические игры** «Покажем Зайке как правильно держать ложку», «Оденем куклу на прогулку», «Кто что ест».
**2. Дидактические упражнения**«Как мы моем ладошки и отжимаем ручки», «Туфельки поссорились - подружились», «Покажем Мишке, где лежат наши вещи».
**3. Игровые ситуации** «Как мама учила мишку правильно кушать». **4. Чтение потешек** «Ладушки, ладушки», «Водичка, водка», «Нюша-копуша», «Вот они, сапожки», «Тушки, тутушки». **5. Рассматривание и беседа по картинкам:** «Дети моют руки», «Мама моет дочку».
**6. Оформление информационных материалов для родителей,** например, консультаций «Приучение к горшку», о профилактике инфекционных заболеваний, о пользе гимнастики, «Здоровый сон», «Приучение к горшку», «Как вылечить насморк?», «О профилактике инфекционных заболеваний», «Вакцинация детей или как подготовить ребёнка к прививке?», «Кишечные инфекции» и др.

 **Через режимные моменты, игровые ситуации, совместную деятельность, работу с родителями к концу 1 квартала наши дети умеют:**1. Самостоятельно засучивать рукава, мыть руки, умываться, находить свою ячейку для полотенца по картинке, вытирать руки личным полотенцем (вначале под контролем взрослого) .
2. При помощи взрослых надевать и снимать одежду, обувь, расстёгивать спереди часть пуговиц, застежки на липучках, усваивая при этом порядок одевания и раздевания.
3. Самостоятельно есть ложкой, пить из чашки, не разливая и держать их в правой руке.
4. Самостоятельно пользоваться индивидуальными предметами - полотенцем, горшком, носовым платком, салфеткой.

Для определения навыков сформированности культурно-гигиенических навыков у наших детей 2-3 лет мы пользуемся следующей **диагностикой:**

 **Навыки мытья рук и умывания включают умение:**

1. Закатать рукава;

2. Смочить руки;

3. Взять мыло, намыливать до появления пены;

4. Положить мыло в мыльницу;

5. Помыть руки мылом;

6. Смыть мыло;

7. Умыть лицо;

8. Сухо вытереть руки, лицо и аккуратно повесить полотенце в свою ячейку;

9. Построиться.

 **Навыки культуры еды включают умение:**

1. Держать ложку;

2. Не крошить хлеб;

3. Есть аккуратно, не проливая жидкие блюда;

4. Не разговаривать за столом;

5. Благодарить;

6. Пользоваться салфеткой;

7. Задвигать свой стул.

 **Навыки снимания и надевания одежды в определенном порядке включают умение:**

1. Расстегнуть пуговицы;

2. Снять платье (футболку);

3. Аккуратно повесить;

4. Снять обувь;

5. Снять колготки, носки;

6. Надеть в обратной последовательности.

 **Навыки сформированности пользования носовым платком:**

1. Достать платок из кармана.

2. Развернуть.

3. Использовать по назначению.

4. Свернуть.

5. Убрать в карман.

 Соблюдение вышеперечисленных простейших задач способствует ещё и формированию у детей не только культуры поведения, но и формированию самостоятельного мышления.

 **Манипулируя предметами, дети активно познают мир вещей, знакомятся с окружающим миром, а в**оспитатель учит тому, что нужно делать с предметами и игрушками – как кормить куклу, как её раздевать, одевать, как следует использовать ложку и чашку, как держать в руке ложку, а как – чашку или совочек.

В своей работе по теме о ЗОЖ мы также используем Д/У на развитие мышления:

1. Найди и покажи одинаковые предметы на картинке. Назови их.

2. Соедини линиями одинаковые рукавички («пришей им резинки»)

3. Найди пару каждому предмету и скажи, почему они подходят друг к другу.

4. Найди и покажи на картинке только рукавички. Раскрась их.

5. Подбери заплатки к носовым платочкам и скажи, почему они подходят.

 Все задания выполняются с учётом индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Объяснив задание, даём возможность выполнить его самостоятельно, если ребёнок затрудняется, помогаем ему.

 Не забываем похвалить его за старание, даже если результат оставляет желать лучшего.

 **Таким образом, от состояния здоровья наших детей зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений детей о здоровом образе жизни детей представляется в современном обществе весьма актуальной.**

 Рассмотрим решение одной из проблем ЗОЖ на примере конкретного проекта «Как сохранить свое здоровье?»
    ОБОРУДОВАНИЕ: игрушечный Айболит, корзина с овощами и фруктами, зеркало.
    Воспитатель вносит в группу куклу Айболита, поясняет, что в гости к ребятам пришел Айболит с предложением открыть в группе клуб «Румяные щечки».

 Айболит проводит осмотр детей, выясняет, здоровы ли дети; знают ли они, что болеть плохо, что надо беречь здоровье и укреплять его. Воспитатель с куклой и зеркалом помогает Айболиту и обходит детей.

 Айболит каждого просит посмотреть на себя в зеркало — на румяные щечки, веселые глаза, улыбку. Гладит детей по голове, хвалит за то, что они здоровы. Объясняет, что всех ребят, которые не хотят болеть, может принять в клуб «Румяные щечки»
    Айболит спрашивает, для чего нужны витамины и где их больше, сообщает, что привез овощи и фрукты, ставит корзину на стол. Воспитатель предлагает детям назвать, что привез Айболит; достает из корзины по одному плоду, показывает детям и спрашивает:
    — Что это? Как вы об этом догадались?
    — Какого цвета?
    — А что полезного есть в овоще или фрукте?
    Айболит хвалит ребят за то, что они так много знают о витаминах. Затем просит поиграть детей в игру «Веселый — грустный» (с мячом):

веселый, когда я (здоровый, получаю много витаминов, занимаюсь спортом); грустный, когда я (болею, у меня температура, не получаю витаминов).
    Воспитатель спрашивает: «Ребята, как вы думаете, в клубе "Румяные щечки" дети дружные, веселые? Давайте Айболиту покажем, как дружат наши дети». Проводятся хороводная игра и пальчиковая гимнастика.
    Айболит благодарит детей за игры, интересные ответы на сложные вопросы и преподносит им в подарок фрукты.