"Валеологические подходы к формированию у детей ценностей здорового образа жизни"

Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России. Однако ученые констатируют, что проблема сохранения здоровья детей не теряет своей актуальности. И более того имеет тенденцию к нарастанию.

К сожалению, в иерархии человеческих потребностей, здоровый образ жизни находится далеко не на переднем плане, а по сути своей именно он должен стать первейшей потребностью. Отсюда понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку природой.

Программа «Детство» предусматривает валеологическое просвещение дошкольников: развитие представлений о здоровом образе жизни, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, знания о правилах безопасного поведения и разумных действиях в непредвиденных ситуациях, способах оказания элементарной помощи и самопомощи. Эти сведения становится важным компонентом личностной культуры и социальной защищенности дошкольника.

Опыт моей работы с дошкольниками показал, что у детей, не приученных заботиться о своем здоровье, неизбежны психологические срывы, им сложнее вникать в реалии “взрослой жизни”. А ведь новое тысячелетие заставит их столкнуться с возросшей конкуренцией, когда больших успехов в жизни и карьере добиваются более здоровые и образованные сверстники.

Цель моей педагогической деятельности: создание ценности здоровья как основы всех дальнейших успехов в формировании личности ребенка.

Для развития целостного понимания ценности здоровья у детей, я определила следующие задачи:

* содействовать сохранению и укреплению здоровья детей;
* воспитывать сознательную установку на ведение здорового образа жизни;
* сформировать здоровье сберегающие навыки и привычки на основе валеологических знаний.

Работу с детьми по валеологическому воспитанию, я строю по перспективному плану, который дает возможность вести работу системно и комплексно. Мероприятия валеологической направленности органично вплетаются в режимные моменты и деятельность детей. В основу составления перспективного плана был заложен разработанный мною алгоритм:

1. Первоначальное сообщение доступных ребенку знаний и представлений, о способах укрепления и сохранения здоровья.
2. Обогащение знаний детей через беседу, чтение познавательной литературы.
3. Уточнение знаний детей в дидактической игре, опытно-экспериментальной деятельности.
4. Закрепление знаний в организованной сюжетно- ролевой игре, интегрированных занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности.
5. Диагностика усвоенных знаний, умений, навыков в свободной игре и самостоятельной оздоровительной деятельности.

Работа по данному алгоритму дает положительные результаты, т.к. имеющиеся у ребенка знания, благодаря их неоднократному практическому и действенному воспроизведению в игре, опытной деятельности, приобретают более прочный и более осознанный характер.