

# Консультация для воспитателей «Организация работы по здоровьесбережению детей дошкольного возраста в современных условиях»

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего "Я", правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу.

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. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:

- занятия физкультурой, прогулки
- рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены:  
закаливание, создание условий для полноценного сна
- дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды
- бережное отношение к окружающей среде, к природе
- медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций, прохождение медосмотра детей ежегодно
- формирование понятия "не вреди себе сам"

Данные разных исследований показывают, что за последнее время отсутствие у детей физических качеств, таких как усидчивость, выносливость, умение корректировать свое эмоциональное состояние, становится огромной проблемой для воспитателей, педагогов, учителей.

Важным условием является слаженное, совместное взаимодействие всех специалистов и работников МБДОУ.

Совместная деятельность педагогов МБДОУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа ее национальной безопасности. Важным элементом семейного воспитания является физическое воспитание. Однако и в этом направлении мы наблюдаем явно недостаточную активность родителей в физическом воспитании детей. Между тем семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата. Эффективные способы сохранения и укрепления здоровья дошкольников должны способствовать повышению роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, так в ДОУ существуют такие формы работы как: оформление журнала «О детской жизни», семейных газет по ЗОЖ, конкурсов по пропаганде ЗОЖ, оформлению страницы сайта, совместные досуги и развлечения.