

**Педагогический совет по теме «Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста»
(30 ноября 2023г.)**

Цель: Совершенствовать компетентности педагогов и повышение их профессионального мастерства в вопросах здоровьесбережения и обеспечения безопасности жизнедеятельности дошкольников.

Задачи:

- 1 Расширить и систематизировать знания педагогов об оздоровлении детей, о формировании основ физического воспитания и здорового образа жизни.
- 2 Повышать методический уровень педагогов в организации работы с детьми и родителями посредством применения игровых здоровьесберегающих технологий.

Подготовка к педсовету:

- 1 Изучение педагогами методической литературы по теме педсовета.
- 2 Консультации: «Методы и формы внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ. Досуг и развлечения по здоровьесбережению», «День здоровья в детском саду». Для самостоятельного изучения предложен материал по теме «Игровые технологии в ДОУ».
3. Тематический контроль: «Обеспечение оздоровительной направленности и физического развития детей путём активного проведения прогулок»
- 4 Анкетирование родителей «Создание эффективных условий здоровьесбережения в ДОУ»
- 5 Открытый просмотр развлечений и досугов по данной теме.

Повестка:

- 1.«Значение здоровья в жизни детей и взрослых» – вступительное слово ст. воспитатель.
- 2.Здоровье сберегающие технологии из опыта работы (воспитатели).
- 3.Справка по итогам контроля
4. Деловая игра «ступени здоровья».

5. Организация воспитательной работы в ДОУ в соответствии с программой воспитания (опыт воспитателей средней, старшей и подготовительной групп)

6. Результаты адаптации в первой младшей группе (воспитатель группы)

7. Функциональная грамотность в вопросах и ответах. (старший воспитатель)

Ход педсовета:

1 Вступительное слово старшего воспитателя.

«Значение здоровья в жизни детей и взрослых».

"Здоровье дороже богатства" – утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце 19 века. Точно также утверждают и многие из нас. О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью....

По общепринятым представлениям структура здоровья человека обеспечивается здравоохранением лишь на 10-12 %, наследственности принадлежит 18 %, условиям среды – 20 %, а самый большой вклад – 50-52 % - это образ жизни.

О том, как грамотно распорядится этим количеством процентов распорядиться в условиях дошкольного учреждения пойдет речь на нашем педсовете.

В целом в дошкольных учреждениях сложился системный подход к организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Однако любая система не прослужит долго и эффективно, если не будет совершенствоваться и обновляться.

Актуальность проблемы охраны здоровья детей возрастает с каждым годом. Уже в дошкольном возрасте 15-20% детей имеют хронические заболевания, а более 50% дошкольников - те или иные функциональные отклонения в состоянии здоровья; 30-40% детей имеют отклонения в опорно-двигательном аппарате, 20-25% - со стороны носоглотки; невротические отклонения отмечены у 30-40%, у 10-23% дошкольников - аллергические реакции, 10-25% дошкольников имеют отклонения в сердечно-сосудистой системе. Воздействие неблагоприятных экологических факторов, неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, неправильный образ жизни семьи, недостаточное содержание в пищевом рационе витаминов, патология беременности у матерей, злоупотребление алкоголем родителей, приводит к угнетению иммунобиологической реактивности организма и ухудшению состояния психического здоровья у дошкольников.

Социальная обусловленность здоровья ставит перед медицинскими работниками, педагогами дошкольного учреждения и родителями важные задачи:

- формирование здорового образа жизни у дошкольников;
- разработка инновационных оздоровительных технологий.

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать.

Поэтому приоритетным направлением является сохранение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни (ЗОЖ, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Современный человек не имеет права считать себя образованным, не освоив культуры здоровья. Культура здоровья определяет, прежде всего, умение жить, не вредя своему организму, а принося ему пользу.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Выделяется несколько компонентов

- 1 Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального
- 2 Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма.
- 3 Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

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.

Для эффективной работы необходимо:

- 1 Четко спланированная воспитательно-оздоровительная работа (использование здоровьесберегающих технологий, мониторинг профилактической – оздоровительной работы, комплексная оценка уровня здоровья детей, предоставление возможностей для развития личности ребенка и формирования привычки думать и заботиться о своем здоровье).
- 2 Привлечение семей воспитанников для решения проблемы формирования здорового образа жизни у детей (сотрудничество в вопросах воспитания, обучения и оздоровления, необходимо осознание родителями смысла здорового образа.

Таким образом, "Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам" — так гласит восточная мудрость.

Задача педагогов — научить детей покорять эту вершину. Чтобы жить в мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом.

Подведение итогов анкетирования родителей: «Создание эффективных условий здоровьесбережения в ДОУ».

При подготовке к педсовету родителям была предложена анкета (22 -5 анкет оценили значимость спорта, эмоционального состояния ребёнка и здоровый образ семьи по 10 бальной шкале – от 5 до 10. Уровень здоровьесберегающей деятельности в группе :из 22 анкет -21 по пятибальной шкале отмечено на 5 Питание в ДОУ оценили 7 анкет от 6 до 8 баллов по десятибальной системе.

3.Здоровье сберегающие технологии из опыта работы (воспитатели).

4.Деловая игра

1.«Блиц-опрос»

1 Что такое здоровье?

(По определению Всемирной организации здравоохранения: здоровье - это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни).

2 Как называется наука, занимающаяся изучением ЗОЖ?

(валеология).

3 Как вы понимаете, что такое здоровье сберегающиеся технологии в ДОУ?

(Нетрадиционная методика оздоровления дошкольников, формирование у детей осмысленного отношения к здоровью через создание психолого-педагогических условий развития двигательной сферы).

4 Назовите виды здоровьесберегающих технологий.

(Гимнастики: для глаз, дыхательная, пальчиковая, взбадривающая; музыкотерапия; стретчинг, физическое развитие и оздоровление детей, закаливание, двигательный режим, упражнения, способствующие формированию осанки, профилактике плоскостопия, коррегирующие; лечебно-профилактическая работа (лечебный массаж, физиотерапия и т. д.)

обеспечение психологического благополучия (музыкотерапия, сказко-терапия, релаксация, психогимнастика; коррекционно-развивающая работа).

5 Назовите формы двигательной активности дошкольников в течение дня

(физкультурные занятия, оздоровительный бег, гимнастика, прогулки с включением спортивных и подвижных игр)

2. Назовите пословицы и поговорки о физическом и психическом здоровье, высказывания философов, поэтов и др. известных людей:

Будет здоровье – будет - все

Здоровье за деньги не купишь

В здоровом теле – здоровый дух

Здоровье – это движение

Здоровому и врач не надобен

Здоровому и горе не горе, а беда не в зарок и т. д.

Самое большое открытие современного человека – это умение омолодить себя физически и духовно (Брегг).

Здоровый нищий счастливее больного короля. (Цицерон)

Здоровье ребенка превыше всего, богатство земли не заменит его.

Здоровье не купишь, никто не продаст, его берегите, как сердце, как глаз.

3 Ступени здоровья

- 1 основной и любимый вид деятельности детей (игра)
- 2 гимнастический предмет для совершенствования талии (обруч)
- 3 кружок физического воспитания (секция)
- 4 один из основных видов движения, который используется при обучении детей в старшем дошкольном возрасте (метание)
- 5 совместное спортивное развлечение, досуг с родителями (праздник)
- 6 вид спорта(баскетбол)
- 7 один из способов пробуждения организма (гимнастика)
- 8 один из видов профилактики заболеваний(закаливание)
- 9 то, что предотвращает заболевание(профилактика)

5.Справка по результатам контроля

Проект решения педсовета:

1.Признать работу педагогического коллектива по здоровью сбережению удовлетворительной.

-планировать и проводить всю образовательную деятельность в соответствии принципами здоровья сбережения и соблюдения санитарно-гигиенических норм учебно-воспитательного процесса.

Ответственные: воспитатели

Сроки: в течение года.

2.Отметить как положительную воспитательную работу в соответствии с программой воспитания.

-в работе с семьёй чаще использовать такие формы как: приглашение на занятие, на вечера совместной деятельности и т.п.

Ответственные: воспитатели

Сроки: в течение года.

3. Работу воспитателей в адаптационный период признать как эффективную.

- с детьми, имеющими низкий уровень адаптации продолжить занятия в индивидуальной форме, а также провести дополнительные консультации с родителями с целью выявления причин и оказания помощи.

4.Принять к сведению информацию по «Формированию у дошкольников функциональной грамотности». Подготовить по теме семинар-практикум.

Ответственные: старший воспитатель,воспитатели

Сроки: январь 2024г.

Релаксационная пауза «Водопад» (выполняется под классическую музыку)

Представьте себе, что вы находитесь под небольшим водопадом. Вода чистая и тёплая. Вам тепло и приятно. Струйки воды стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, рукам и ногам. Они стекают и продолжают свой бег дальше.Постойте немного под водопадом – пусть вода омоет ваше лицо и тело, унесёт прочь все страхи и неприятности. Пусть все ваши беды уплывут вместе с водой...
Ваши страхи, беды смыла и унесла вода. Чистая вода омыла вас. Возьмите хорошее настроение с собой на весь день.