

## Система взаимодействия педагога с детьми в процессе формирования привычки к здоровому образу жизни

Одним из главных условий реализации системы является создание положительного эмоционального фона, ситуации успеха у детей при помощи разнообразных приемов лично ориентированного взаимодействия. Работая над своей системой, я пришла к выводу, что очень важно пробудить у малыша интерес к себе, к изучению частей своего тела, гигиеническому уходу за ним, сохранению здоровья, формировать уверенность в своих силах и действиях. Для того чтобы организовать эту работу в интересной форме, необходимо было создать развивающую физкультурно-оздоровительную среду, подобрать методическую литературу, игры, игрушки, изготовить необходимые пособия. При этом я использую разнообразные формы организации взаимодействия с детьми: игры-занятия, игры-упражнения, игры-инсценировки, игры-забавы, дидактические игры и упражнения, сюжетные, подвижные игры, оздоровительные развлечения, сценарии активизирующего общения, ситуативный разговор один на один и в малой группе, бытовые и игровые ситуации, наблюдения, экскурсии, элементарное экспериментирование, чтение художественной литературы с использованием красочных иллюстраций, пение любимых песен в процессе сюжетно-ролевых и игр с мелким конструкторским материалом за столом.

Система работы учитывает возрастные, психологические и индивидуальные особенности детей четвертого года жизни, соответствует Федеральным государственным требованиям, представляет интеграцию разных образовательных областей и в то же время может легко перестраиваться под другого педагога и других детей младшего возраста.

Название системы образное - **«Тропинка здоровья»**, а ее составляющие части - это так называемые шаги. Восемь шагов - отрезки времени в режиме дня, содержанием которых является разнообразная деятельность педагога и детей по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни.

Цель: формирование предпосылок и начальных представлений о здоровом образе жизни при условии реализации развивающего потенциала педагогического взаимодействия воспитателя с детьми четвертого года жизни.

Задачи:

- 1) создавать и реализовывать в течение дня ситуации педагогического взаимодействия, обеспечивающие индивидуальный подход в социально-личностном развитии каждого ребенка;
- 2) сохранять и укреплять физическое, психическое здоровье детей, обеспечивать их эмоциональное благополучие;
- 3) проектировать и создавать специальную предметную среду, обеспечивающую реализацию развивающего потенциала педагогического взаимодействия;
- 4) формировать у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания;
- 5) обогащать двигательный опыт детей, развивать физические качества, поддерживать потребность в самостоятельной двигательной активности;
- 6) приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;

7) устанавливать и укреплять партнерские взаимоотношения с родителями воспитанников в процессе формирования начальных представлений у детей о здоровом образе жизни.

### **Шаг первый. «Утро радостных встреч»**

Цель: создание положительного эмоционального фона, доброжелательного климата в группе. Осуществление индивидуального подхода к детям, находящимся в периоде адаптации.

Содержание. Создать положительный настрой у ребенка на проживание всего дня в детском саду, на легкое расставание с родителями. Для этого я использую различные игры адаптационного характера, рассказывание сказок, потешки, небольшие сценарии с игрушкой - персонажем (зайка, лисичка, кукла Таня, лошадки и т.д.) для решения педагогических ситуаций в процессе утреннего приема детей.

Формы организации взаимодействия педагога с детьми: разнообразные приветствия; адаптационные, коммуникативные, оздоровительные игры; разговор один на один, ситуативный разговор, детские песенки, стихи, приговорки, сценарии приема детей.

### **Шаг второй. «Я умею! Я знаю!»**

Цель: давать детям элементарные знания о себе, своем теле.

Содержание. Организация и проведение игр-занятий по теме «Познай себя» в течение учебного года с сентября по май. Через организацию игровых занятий из цикла «Познай себя» пробуждать у малышей интерес к себе, к изучению частей своего тела, гигиеническому уходу за ним, сохранению и укреплению своего здоровья, формирую навыки самостоятельности, уверенность в своих силах и действиях. Очень хорошо использовать игрушку - персонаж, который сопровождает работу с детьми. Прием «оживления» игрушки и любых предметов, разговор с ребенком от их имени помогает создавать разнообразные игровые проблемные ситуации, смешные забавные сценки, в которые дети включаются эмоционально.

### **Шаг третий. «Мы прогулку любим очень, каждый быть здоровым хочет!»**

Цель: формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательной активности детей.

Содержание. Использование ежедневных прогулок как одной из самых эффективных закаливающих процедур в повседневной жизни для укрепления здоровья детей.

В процессе прогулки происходит формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательной активности и познавательного интереса у детей. Невозможно переоценить оздоровительный эффект прогулок для обеспечения бодрого, уравновешенного состояния детей. Использование на прогулке подвижных игр делает ее интересной, эмоциональной и эффективной в оздоровлении.

Формы организации взаимодействия: организация игр большой и малой подвижности, элементарных спортивных игр; проведение досугов и развлечений для развития основных движений, координации; ситуативный разговор; сюжетно-ролевые игры; стихи-приговорки.

### **Шаг четвертый «Ходит дрема возле дома...»**

Цель: снижение утомляемости детского организма, создание положительной мотивации у детей к соблюдению режима дня, «тихого часа».

Содержание. Организация здорового сна детей, подготовка среды для сна, подготовка самих детей ко сну. Есть и спокойные, и тревожные дети, которым трудно заснуть и для каждого ребенка есть определенный индивидуальный подход.

Формы организации взаимодействия: использование спокойной, расслабляющей музыки с постоянно повторяющейся темой, стихов-приговорок, любимых мягких игрушек для засыпания.

### **Шаг пятый. «Закаляй свое тело с пользой для дела!»**

Цель: оздоровление и укрепление здоровья детей.

Содержание. Проведение оздоровительных процедур, ритуала пробуждения, организация бодрящей гимнастики, ходьба по дорожке здоровья с целью массажа стоп, умывание прохладной водой. Все это включаю в оздоровительные мероприятия после дневного сна.

Формы организации взаимодействия: приговорки-пробуждалочки; музыкотерапия; дорожка здоровья; игровые действия с персонажем; закаливающая прохладная вода.

### **Шаг шестой. «Вечерняя мозаика».**

Цель: создание комфортных условий пребывания детей в детском саду. Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Содержание. Взаимодействие педагога и детей в процессе организации игровых ситуаций. Мозаика - это разнообразные формы взаимодействия педагога с детьми в вечернее время.

Формы организации взаимодействия: игры-занятия; оздоровительные развлечения; песочная терапия; дидактические игры; сюжетно-ролевые игры; подвижные игры; игры-эксперименты; игры-забавы; игры-инсценировки; ситуативные разговоры один на один и малой группой; чтение художественной литературы; познавательных сказок; рассматривание иллюстраций.

### **Шаг седьмой. Программа «Школа мяча» (приложение)**

Цель: способствовать желанию детей самостоятельно применять упражнения по коррекции зрения. Воспитывать социально - адаптированных, здоровых и физически развитых детей через занятия с мячом.

Программа «Школа Мяча» содержит пять разделов программного материала по возрасту детей;

- Зрительно-двигательная ориентация;
- Упражнения для снятия зрительного утомления;
- Упражнения для коррекции опорно-двигательного аппарата ;
- Диагностика.

Все разделы составлены с учетом возрастных особенностей детей и рассчитаны на среднего ребенка. В силу зрительного дефекта у детей имеются сопутствующие недостатки в физическом развитии: нарушения опорно-двигательного аппарата, нарушения координации движения, чувства ритма и пространственной ориентации. Практика показала, что занимаясь с мячом, ребенок постепенно это преодолевает. А самое главное у него активизируются и упражняются зрительные функции.

## **Шаг восьмой. «Здоровый ребенок - счастливая семья»**

Цель: формировать совместно с семьей предпосылки и начальные представления у детей о здоровом образе жизни.

Содержание. Использование активных форм взаимодействия с родителями.

Формы организации взаимодействия: организация встреч в клубе «Здоровье»; участие родителей в совместных спортивных развлечениях, в открытых занятиях по тематике «Здоровье и закаливание ребенка», в мероприятиях по изготовлению спортивного оборудования вместе с ребенком, использование наглядной агитации: оформление стендов, выпуск памяток с оздоровительной тематикой.

Система «Тропинка здоровья» может легко перестраиваться под другого педагога и других детей младшего возраста. Ее реализация приносит собственное удовлетворение и способствует активному взаимодействию с детьми и родителями для формирования начальных представлений о здоровом образе жизни.

Эффективность и результативность своей работы я определяю по следующим показателям:

- Снижение заболеваемости детей;
- Развитие физических качеств;
- Коррекции зрительной недостаточности;
- Сформированность культурно-гигиенических навыков.

Сравнительный анализ результатов показал положительную динамику: (количество детодней по заболеванию снизилось). У детей появилось желание самостоятельно использовать изученные упражнения по коррекции осанки, зрения и профилактики заболеваний. Они стали более самостоятельными, выполняют культурно-гигиенические процедуры в правильной последовательности, следят за своим внешним видом и отмечают неопрятность у сверстников. Родители заинтересованы в укреплении здорового образа в семье, расширили свои знания о физических качествах и навыках своих детей, стали активными участниками совместного развлечения «Постарайтесь угадать, чем листочек может стать». В индивидуальных беседах они также отмечают возросшую самостоятельность детей. Это свидетельствует об эффективности приемов и методов педагогического взаимодействия, используемых в работе с детьми и родителями по укреплению здорового образа жизни.

Таким образом, систематические занятия физкультурой, закаливающие процедуры и применение восьми шагов системы «Тропинка здоровья» положительно влияют на состояние здоровья детей и являются косвенным показателем формирования у детей привычки к здоровому образу жизни.

Здоровье - это великое благо и неотъемлемое условие счастья. Только человек, живущий в гармонии с собой и со всем миром, будет действительно здоров. А здоровый ребенок - это счастье в семье. Поэтому уже в раннем детстве необходимо формировать начальные представления о здоровом образе жизни, научить ребенка любить себя, окружающих людей, природу, жизнь!

Именно мы, педагоги, призваны помогать ему в этом!