**«Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни».**

В своей педагогической деятельности приоритетом выбрано направление сохранение здоровья ребенка.

Задача состоит в том, чтобы на данном этапе – в начале жизни человека, сохранить и развить жизненный потенциал ребенка для будущей взрослой жизни. Очень важным является формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

Формирование представлений у детей о здоровом образе жизни предполагает различные формы, средства и методы. Основными формами работы являются непосредственная образовательная деятельность, досуги, режимные моменты, спортивные соревнования и праздники.

В ходе непосредственно - образовательной деятельности детям сообщают новые сведения и закрепляют уже полученные представления. Непосредственная образовательная деятельность может быть как интегрированной, так и с использованием продуктивных видов деятельности, которые полностью посвящены тематике здорового образа жизни, что способствует формированию представлений в наглядной форме.

В ходе непосредственно - образовательной деятельности по ознакомлению с окружающим миром формируют представление у детей о человеке, как о живом существе, его организме, здоровье, о влиянии различных факторов на здоровье и образ жизни человека; о здоровом образе жизни; о поведении человека, способствующим здоровому образу жизни. Так же формируют представления дошкольников об условиях, необходимых человеку для жизни; о взаимосвязи здоровья человека и окружающей среды.

В ходе физкультурно-оздоровительной работы развивают физические, психические и нравственные качества детей, воспитывают самостоятельность.

непосредственная образовательная деятельность по физической культуре способствует формированию потребности в двигательной активности, развитию психофизических качеств, интереса к спортивным и подвижным играм.

Воспитание культурно-гигиенических навыков предусматривает формирование привычки ухаживать за собой, пользоваться предметами гигиены.

На занятиях с психологом у детей формируют представления о различных состояниях и чувствах человека, о потребности в общении, психологическом комфорте.

Иногда на непосредственно - образовательной деятельности по развитию элементарных математических представлений в качестве раздаточного материала могут быть использованы предметы личной гигиены, спортивный инвентарь, овощи, фрукты, а также изображение этих предметов.

Непосредственно - образовательную деятельность по изобразительной деятельности следует направлять на реализацию продуктивной деятельности дошкольников, способствующей выражению их представлений о здоровом образе жизни в рисунках, аппликациях, поделках из пластилина, теста, глины.

На музыке у детей формируют представления о значении для здорового образа жизни развития творческих возможностей человека.

Досуги способствуют закреплению полученных представлений о здоровом образе жизни и их систематизации.

Знакомству дошкольников с различными факторами окружающей среды, оказывающими влияние на здоровый образ жизни, способствует театрализованная деятельность. Использование театрализованной деятельности позволяет активизировать выбор детьми решений, соответствующих здоровому образу жизни.

Режимные моменты используют для формирования и закрепления у детей санитарно-гигиенических навыков, опыта закаливания. При этом обращают внимание детей на качество выполнения мероприятий и поощряют потребность в них.

При организации прогулок следует предусмотреть с детьми проведение оздоровительных мероприятий – игр с водой, световоздушных и солнечных ванн в тёплое время года, подвижных игр, непосредственно-образовательной деятельности по физической культуре.

Средствами формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников являются дидактические и сюжетно-ролевые игры, художественная литература, продуктивная и предметно-практическая деятельность. В сюжетно-ролевых играх следует формировать у дошкольников поведение, способствующее здоровому образу жизни.

Детская художественная литература также способствует развитию познавательного интереса к человеку, его здоровью здорового образа жизни. Предлагается организовывать выставку книг «Здоровье и здоровый образ жизни». В процессе подготовки выставки, детей знакомят с художественными произведениями по теме здорового образа жизни.

Совместная деятельность детей и взрослых: предложить изготовить страницы, альбом «Здоровый образ жизни». Эта работа направлена на закрепление и систематизацию представлений дошкольников о здоровье. В дальнейшем этот альбом можно, как демонстрационный материал на непосредственно-образовательной деятельности, при подготовки тематических выставок.

Для формирования представлений дошкольников о здоровом образе жизни используют методы:

- наглядные: наблюдения, демонстрацию, просмотр видеофильмов, иллюстраций, выставки работ по изобразительной деятельности, плакаты;

- словесные: рассказы педагога, беседы, объяснения, проблемные ситуации;

- практические методы: экспериментирование, упражнения, предметно-практическую деятельность, продуктивную деятельность детей.

Создание позитивного отношения дошкольников к формированию представлений о здоровом образе жизни способствуют различные способы организации деятельности детей, установление эмоционально-личностных контактов педагогов с дошкольниками, использование разнообразных приёмов привлечения внимания детей.

Таким образом, представленный материал раскрывает целенаправленное использование различных форм, средств и методов формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников в условиях большого города, а также создание необходимых условий для формирования этих представлений.