



**Образовательный Центр "Лучшее Решение"**  
[www.лучшеерешение.pф](http://www.лучшеерешение.pф) [www.lureshenie.ru](http://www.lureshenie.ru) [www.высшийуровень.pф](http://www.высшийуровень.pф)  
[www.лучшийпедагог.pф](http://www.лучшийпедагог.pф) [www.publ-online.ru](http://www.publ-online.ru) [www.t-obr.ru](http://www.t-obr.ru)

## **Современные методы оздоровления детей дошкольного возраста**

**Автор:**  
**Литвиненко Наталья Владимировна**  
**воспитатель МБДОУ "№ 9"**  
**Ст. Старовеличковская**

Словосочетания «здоровьесберегающие, здоровьесохраняющие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы.

Внедрение новых федеральных государственных требований позволяет организовать совместную деятельность детского сада и семьи и более эффективно использовать нетрадиционные формы работы. Для привлечения родителей в систему работы ДОО повышать компетентность родителей в вопросах стандартизации образования и активно сотрудничать с семьей по введению и реализации ФГОС ДО.

Приоритетным направлением в моей деятельности является: создание условий для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка, обеспечение эмоционального благополучия детей, оказание педагогической поддержки для сохранения и развития индивидуальности каждого ребенка и его семьи.

Я поставила перед собой следующие цели: внедрить систему здоровьесберегающих технологий в ДОО и каждую семью, повысить педагогическую грамотность родителей в вопросах формирования навыков здоровья, используя нетрадиционные методы оздоровления дошкольников.

Задачи:

- обучить родителей приемам эффективного взаимодействия с ребенком с целью сохранения его здоровья и создание в семье здорового нравственно-психологического климата;
- оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;
- привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды;
- расширить спектр средств и способов работы с родителями;

В работе с родителями применяю нетрадиционные формы, информационно-аналитические, досуговые, познавательные, наглядно-информационные. Они представлены вашему вниманию на слайде в таблице.

Нетрадиционные формы работы с родителями.

Наименование.

С какой целью используется эта форма.

Формы проведения общения:

Информационно-аналитические: Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности Проведение социологических срезов, опросов.

Досуговые: Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми Совместные досуги, праздники, участие родителей и детей в выставках.

Познавательные: Ознакомление родителей с возрастными и физическими особенностями детей дошкольного возраста. Семинары-практикумы, проведение собраний, консультаций в нетрадиционной форме, устные педагогические журналы. Наглядно-информационные: информационно-ознакомительные; информационно-просветительские Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями воспитания детей. Информационные проспекты для родителей, организация дней (недель) открытых дверей.

«Информационно-аналитические» формы.

Основной задачей форм организации сбор, обработка и использование данных о семье. Опираясь на тот факт, что формирование навыков здоровьесбережения лежит, прежде всего, в семье, мною была проведена оценка оздоровительного потенциала.

Родители знают и понимают важность оздоровительных мероприятий, но 90% не делают утреннюю гимнастику, не имеют дома элементарных спортивных снарядов, дети не посещают спортивные учреждения. Более 70% не соблюдают режим дня и питания. Данное отношение родителей к вопросам здоровьесбережения напрямую влияет на здоровье детей.

Провожу анкетирование родителей по вопросам здоровьесбережения детей, выявление педагогической грамотности родителей, телефон доверия, почтовый ящик.

Использую Познавательные формы для ознакомления родителей с особенностями физкультурно-оздоровительной работы с детьми, применяю методы и приемы по формированию у родителей практических навыков. Общение строится на основе диалога, открытость, искренность и доброжелательности. Это

Семинары практикумы, по профилактике плоскостопия.

Родительские клубы, по формированию здорового образа жизни.

педагогические гостиные, по развитию двигательной активности.

устные педагогические журналы, о методах закаливания

Провожу мастер – классы с родителями и детьми все с желанием принимают участие по нетрадиционным техникам оздоровления детей (массаж мелкими шишками и массажами).

Используя мультимедийное оборудование, просвещаю родителей о здоровьесберегающих технологиях применяемых в работе с детьми в детском саду, рекомендую родителям использовать их в вечерние часы и в выходные дни. Это такие технологии как:

- ✓ Игротерапия - игры, которые лечат.

На укрепление круговой мышцы рта, тренировка навыка правильного носового дыхания.

- ✓ Игры с песком.

Эти игры стабилизируют эмоциональное состояние ребенка, развивают тактильную чувствительность и мелкую моторику, способствуют развитию речи, внимания, памяти.

- ✓ .Изотерапия - Для изотерапии используются все виды художественных материалов.

Все виды творчества, обладают лечебными свойствами.

- ✓ Музыкотерапия - один из методов, который укрепляет здоровье детей, развитие движений с музыкой доставляет детям удовольствие. В выходные дни включив ребенку музыку. Музыка способствует развитию творчества, фантазии в движении.

- ✓ Ароматерапия. В доме можно высаживать цветы герани, собрать цветы ромашки и листочки мяты, в ароматических подушечках это действует на детей успокаивающе, конечно – же соблюдая индивидуальный подход. Ароматерапию можно использовать перед сном в период подъема заболеваемости для профилактики респираторных инфекций применять масла шалфея, эвкалипта..

Организирую мастер – классы в домашних условиях, организация игр в вечерние часы и выходные дни (рисованием пальцами ног) интересное занятие для детей и их родителей. А также обучение родителей оздоровительной работе в условиях семьи (точечные массажи по профилактике простудных заболеваний)

Просвещаю родителей о том, чтобы в доме были созданы условия для наиболее полного самовыражения ребёнка в двигательной деятельности.

организовать такие центры, которые пользуется популярностью у детей, поскольку реализует их потребность в двигательной активности.

Можно заниматься и закреплять разные виды движений: прыжки, подлезание под дугу, игры с мячом, метание

Современные подходы к организации предметно-пространственной среды направлены на создание эмоционально – комфортных условий пребывания ребенка в ДООУ и семье.

В каждом доме предлагаю устроить, тихий уголок для ребенка который располагает к наблюдению, мечтам и тихим беседам. Можно оборудовать его комфортным креслом, ковриком на полу, аквариумом с рыбками, ребенок слушает музыку, рассматривает иллюстрации книг особенно полезно посетить такое место в вечерние часы, чтобы успокоить нервную систему перед сном.

Для развития тактильных ощущений в детской комнате каждого ребенка можно создать соответствующую среду без затрат из семейного бюджета, плоды каштана, шишек, ореха, применять для профилактики плоскостопия.

В работе с родителями использую Досуговые формы, родители приглашаются на дни и недели здоровья, которые стали традиционными в нашем детском саду. Мама и папы не только наблюдают, но и становятся активными участниками развлечений, различных игр, спортивных праздников

Развлечение для детей и родителей « Будь здоров»

«Семейные игры»

«Мама и я спортивная семья»

«Мы с папой силачи»

«Летний праздник» с участием родителей.

«Зимний праздник» с играми родителей и детей.

Использование этих форм способствует тому, что родители становятся более открытыми для общения, в дальнейшем проще налаживать с ними контакты, предоставлять педагогическую информацию.

Наглядно-информационные формы работы с родителями организация ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях дошкольного учреждения. Систематически для родителей организуются дни открытых дверей. На мой взгляд, это эффективная форма вовлечение членов семей в педагогический процесс. В течение дня папы, мамы, бабушки и дедушки имеют возможность посетить утреннюю гимнастику, физкультурную деятельность прогулку, закаливающие процедуры и другие режимные моменты.

Дни открытых дверей, просмотр НОД по физической культуре.

Просмотр повседневных видов детской деятельности.

Один из действенных методов в данном направлении — применение наглядной агитации.

В группе имеется уголок здоровья, где помещается информация для родителей о профилактике здорового образа жизни.

В приемной имеется уголок, который пропагандирует детей и родителей к движениям, активному отдыху на воздухе.

Совместная деятельность родителей, положительно влияет на воспитанников.

Во второй половине дня родители рассказывают детям о том, каким видом спорта он занимался в детстве.

Организирую встречи детей с тренерами клуба которые вместе знакомят детей с назначением спортивного инвентаря и влиянии спорта в жизни человека.

Посещение нашими воспитанницами спортивных школ, занятия художественной гимнастикой.

Занятия по футболу в спортивной школе. Наши воспитанники получили первые грамоты за свои спортивные достижения.

Я с родителями в своей группе провела смотр – конкурс на лучший физкультурный уголок в семье. Уголки, спортивные комплексы в качестве примера показываю другим родителям.

Родители отмечают, что у их детей формируются такие качества, как целеустремленность, выносливость, ответственность и самостоятельность.

Хорошие результаты показывают и данные мониторинга физических качеств, что благодаря внедрению в педагогический процесс в ДОО и семью здоровьесберегающих технологий положительно влияет на развитие детей.

Достигли определенных целей в снижении заболеваемости на 0,2% по сравнению с прошлым годом.

Обширная профилактическая работа с детьми, родителями, имеет определённые положительные результаты

Грамотная организация здоровьесберегающей среды, а также использование здоровьесберегающих технологий, введение модели оздоровления детей, помогли максимально, а также способствовали повышению двигательной деятельности каждого ребенка, его всестороннему психофизическому развитию.