



Издательство и Образовательный Центр "Лучшее Решение"

www.лучшеерешение.рф www.lureshenie.ru www.высшийуровень.рф
www.лучшийпедагог.рф www.publ-online.ru www.полезныекниги.рф
www.t-obr.ru www.1-sept.ru www.v-slovo.ru www.na-obr.ru

Здоровый образ жизни у детей в условиях взаимодействия дошкольных учреждений и семьи

Авторы:

**Свидзинская Оксана Васильевна,
Везденева Дарья Николаевна,
Шило Кристина Андреевна,
Казакова Светлана Николаевна
МБОУ г.о Тольятти "Лицей 51",
структурное подразделение
"Детский сад "Реченька"**

Проблема здоровья детей дошкольного возраста всегда находилась в центре внимания педагогов, интерес к ней не ослабевает и сегодня.

Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребенка к родителям делают его особо восприимчивым к их воздействию. Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника.

Таким образом, объективные социальные условия создают необходимость самостоятельного педагогического исследования эффективных путей и условий формирования основ здорового образа жизни у детей в условиях взаимодействия дошкольных учреждений и семьи.

Для сознательного участия родителей и педагогов ДОУ в оздоровлении ребенка необходимы специальные знания. Причины частых заболеваний у детей, профилактика заболеваний, уход за больным ребенком, первая помощь и предупреждение осложнений — все эти вопросы мы рассматриваем на родительских собраниях, круглых столах. Проводятся консультации, лектории, семинары, организуются практические занятия. Темы самые разнообразные: «Если ребенок боится стоматолога», «Алкоголь и потомство», «Профилактические прививки — защита от инфекционных болезней», «О здоровье всерьез», «Профилактика детского травматизма», «Формируем потребность в здоровом образе жизни» и др.

Систематически для родителей организуются дни открытых дверей. На наш взгляд, это эффективная форма вовлечение членов семей в педагогический процесс. В течение дня папы, мамы, бабушки и дедушки имеют возможность посетить утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, прогулку, закаливающие процедуры и другие режимные моменты

Для успешной работы с родителями мы ежегодно проводим исследование семей воспитанников, используя такие методы, как анкетирование, беседы с родителями и детьми, наблюдения за детьми, тестирование, посещение на дому и др.

Работа по формированию ЗОЖ проводится вместе с родителями. Исследования ученых подтверждают необходимость связи семейного и общественного воспитания как двух взаимодополняющих социальных институтов. Без активного взаимодействия в системе «ребенок – родитель – педагог» невозможно успешное развитие ребенка.

В ходе проведенной работы по использованию выбранных методов работы педагога с семьей выяснилось, что использование данных методов работы с семьей повышает активность родителей в совместной с педагогом деятельности по формированию здорового образа жизни детей.

Повысился не только формальный уровень посещения родителями мероприятий, проводимых в традиционной форме (родительских собраний, педагогических бесед, участия в спортивных мероприятиях и т.д.), но и заметно возросла их готовность к применению полученных знаний. В частности, к выполнению требований педагога, способствующих оздоровлению детей и поддержанию режимных моментов ДОУ.

Родители стали более активными участниками жизни группы и ДООУ. Они действительно стали единомышленниками и партнерами в деле формирования и развития здорового образа жизни детей.

Воспитание здорового ребёнка - одна из главнейших задач семьи и детского сада.

Важнейшим способом реализации сотрудничества воспитателей и родителей является организация их совместной деятельности, в которой родители не пассивные наблюдатели, а активные участники деятельности детского сада.

Очень важно убедить родителей в том, какое значение имеют единые подходы к распорядку дня в семье и детском саду, как полезнее провести выходные дни в семье, какой вред наносит ребёнку перегрев и многое другое.

С целью выявления активности родителей в оздоровительной работе с детьми было проведено анкетирование, в ходе которого мы выявили, что родители заинтересованы в проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, готовы сотрудничать с воспитателями в данном направлении.

Особого внимания заслуживает проблема закаливания. Проводим просветительскую работу с родителями. Ежедневно обмениваемся с родителями информацией о здоровье и самочувствии детей в семье и в детском саду. Дополнительным источником информации по вопросу здоровья детей для родителей служит «Уголок здоровья», изготовленные воспитателем папки-передвижки «Здоровый образ жизни - что это такое?», «Укрепляем здоровье», «Как провести выходной день в семье?» и др. Беседуем с родителями о том, что ослабленному и болезненному ребёнку закаливание необходимо больше, чем здоровому. Что очень важна в этом роль здорового образа жизни в семье. Парциально применяем в работе авторские технологии Л.Н. Волошиной «Играйте на здоровье», дыхательную гимнастику А.Н. Стрельниковой, элементы закаливания в повседневной жизни (полоскание рта солевым раствором, ходьба босиком по массажным коврикам, самомассажи рук и стоп, проветривание и др.), направленные на оздоровление детей.

Много внимания уделяем физическому воспитанию, системе физкультурно-оздоровительной работы, комплексному подходу, включающему различные компоненты здорового образа жизни: утренняя гимнастика и после сна, физкультурные занятия, спортивные праздники и досуги. Осуществляем рациональную организацию двигательной активности в течение дня: дозированная ходьба на прогулке и общая физическая подготовка, подвижные игры, динамические паузы между занятиями, физкультминутки на занятиях. В любое время года и погоду организуем прогулки. В содержание прогулки включаются естественные виды движений: подвижные игры и эстафеты, спортивные упражнения типа катание на санках, дозированная ходьба в осеннее – зимний период, и дозированный бег в весеннее – летний период, физкультурные занятия. На участок выносятся разнообразные пособия для игр, используем игры с мячом, скакалками, кеглями, ракетками.

Предоставляем родителям полную информацию о методах и формах оздоровления в детском саду рекомендуем мероприятия для профилактики простудных заболеваний в

семье. Большую работу проводим по ознакомлению родителей с методиками проведения закаливающих процедур, как в детском саду, так и в семье. Разъясняем необходимость соблюдения основных принципов закаливания: постепенность, последовательность, систематичность, индивидуальность. Проводим индивидуальные беседы, выступаем на родительских собраниях. Но самое главное, что в просветительской работе принимают участие и сами дети, выступая на физкультурных досугах, проговаривая речёвки на гимнастике.

Организуется в группе выставки детских рисунков и семейных фотографий детей о проводимых в семье днях активного отдыха.

Используются разнообразные формы работы с семьями детей: совместные досуги и праздники, весёлые старты, соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья».

Используется в работе с детьми активный отдых. Он самый разнообразный: это подвижные игры, спортивные, хороводные игры с правилами.

Важнейший результат игры – радость и эмоциональный подъём. Именно благодаря этому замечательному свойству подвижные игры больше, чем другие средства физической культуры, отвечают задачам активного отдыха и формирования здорового образа жизни.

С детьми организуются следующие формы активного отдыха: физкультурные досуги, физкультурные праздники. В них реализуется естественная потребность детей в движении и через положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм ребёнка, закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются физические качества. Досуги способствуют воспитанию у детей чувства коллективизма, товарищества, взаимопомощи, целеустремлённости, смелости, дисциплинированности, организованности.

Участие в праздниках и досугах и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяет детей и взрослых общими радостными переживаниями, которые надолго остаются в памяти как яркое событие.

Большое воспитательное значение имеет слаженная деятельность воспитателя и родителей, их совместное участие в подготовке и программе праздника (весёлых играх, плясках, соревнованиях, аттракционах, песнях и т.п.).

Положительный пример взрослых служит повышению родительского авторитета.

Привлечение их к участию в детских физкультурных праздниках содействует пропаганде физической культуры и спорта среди широких слоёв населения и является одной из форм работы воспитателя с родителями по физическому воспитанию. Кроме того, физкультурные праздники содействуют улучшению физкультурно-массовой работы среди детей и взрослых.

Формировать здоровый образ жизни помогают такие праздники как «День здоровья», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «В гостях у Айболита» и др.

Правильно подобранные тематические подвижные игры и упражнения в сочетании с текстом, поединки детей с врагами здоровья (лень, обжорство, страхи и т.п.) позволяют формировать положительное отношение к закаливанию, гигиеническим процедурам, режиму дня, физкультуре, спорту.

Позабавить детей, доставить им удовольствие служат шуточные праздники – развлечения. Они создают хорошее настроение от игр, аттракционов, совместной с взрослыми деятельности, музыкального сопровождения, забавных атрибутов, изготовленных руками детей и членов их семей.

Самым универсальным видом активного отдыха для всех членов семьи являются туристические походы. Туристические походы служат надёжным средством укрепления здоровья и восстановления сил, израсходованных за неделю. Семейные туристические походы оказывают ни с чем несравнимый оздоровительный эффект, получаемый в результате комплексного воздействия на организм природных факторов: солнца, воздуха, воды и разнообразной двигательной активности. В семейном походе дети живут одними задачами с родителями, чувствуют причастность к общему делу, видят свою отдачу. Именно в походе сам по себе возникает тот духовный контакт, о котором многие родители только мечтают. Походы сближают родителей, детей и воспитателей, дают прекрасную возможность создания атмосферы взаимопонимания и сотрудничества.

Привлекаю родителей к созданию и выпуску стенгазет в группе, фотовыставок, рисунков «Спорт и мы», «Мы со спортом дружим», «Мы за здоровый образ жизни», к родительским собраниям.

Вовлечение родителей в жизнь детского сада приносит большую пользу воспитателям и самим родителям. Родителям предоставляется возможность посещать детский сад в любое время, они могут видеть, как живут дети в детском саду.

Родители стали активными участниками жизни группы. Нельзя не отметить их вклад в улучшение развивающей среды в группе. Они действительно становятся единомышленниками и партнёрами в деле формирования и развития здорового образа жизни детей.