

СИСТЕМЫ СОТРУДНИЧЕСТВА ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ВОСПИТАННИКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Воспитатель МДОУ «Кораблик»
Гвоздева М.Н.

«ДЕТИ – ЦВЕТЫ ЖИЗНИ»



И чтобы эти
цветы росли
здоровыми и
счастливыми,
нам необходимо
создавать и
поддерживать
благоприятные
условия.

ПЛОДОРОДНУЮ ПОЧВУ ДЛЯ НАШЕГО ЦВЕТКА СОЗДАЮТ:

- ❖ Родители
- ❖ Воспитатели
- ❖ Специалисты ДОУ
(инструктор физ.
воспитания, муз.
руководитель,
педагог-психолог)
- ❖ СМИ



КАК МЫ МОЖЕМ СОХРАНИТЬ, ПОДДЕРЖАТЬ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА?







**ДЕВЯТЬ ДЕСЯТЫХ НАШЕГО СЧАСТЬЯ ЗАВИСИТ
ОТ ТОГО, НАСКОЛЬКО ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
МЫ ВЕДЕМ»**

(АРТУР ШОПЕНГАУЭР)



- ❖ **Счастливым хочет быть каждый из нас. В последнее время понятие «здоровый образ жизни» становится все более актуальным, ведь изменение типа нагрузок («сидячий образ жизни»), увеличение рисков экологического, техногенного, политического, военного и психологического характера только провоцируют негативные сдвиги в состоянии нашего здоровья.**
- ❖ **Исследования ученых показали, что если бы каждый человек придерживался 10 основных правил здорового образа жизни, то жили бы мы не менее 100 лет. Эти 10 советов разработаны международной группой психологов, врачей и диетологов.**

10 ОСНОВНЫХ ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



- ◆ 1) занимайся только приятной тебе работой;
- ◆ 2) всегда имей собственную точку зрения;
- ◆ 3) придерживайся правил рационального питания;
- ◆ 4) откажись от вредных привычек;
- ◆ 5) спи при температуре 17-18°C;
- ◆ 6) относись ко всему с любовью и нежностью;
- ◆ 7) занимайся активным умственным трудом;
- ◆ 8) периодически употребляй сладости;
- ◆ 9) почаще давай своему организму эмоциональную разгрузку;
- ◆ 10) занимайся физическим трудом.

ВАЖНОЕ УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ РАБОТЫ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ПО ФОРМИРОВАНИЮ У НИХ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

**"здоровый
образ жизни"
должен стать
стилем жизни
окружающих
его людей, т.е.
педагогов и
родителей.**



В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ОЧЕНЬ ВАЖНА РОЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



«Здоровый
ребенок –
это
счастливая
семья! »

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ



Состоит в том, что современная семья включается во множество сфер жизнедеятельности общества. При этом, сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологическая перегрузка, стрессы и наличие других патогенных факторов способствуют развитию у родителей синдрома хронической усталости, что в свою очередь не позволяет им уделять необходимое внимание своему ребёнку.

ДОУ ДОЛЖНО ОКАЗАТЬ
СУЩЕСТВЕННУЮ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ В
СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ
ФИЗИЧЕСКОГО И
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
РЕБЁНКА.



В СИСТЕМЕ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ СТАВЯТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ:

- ▣ **Ориентация семьи на воспитание здорового ребенка.**
- ▣ **Освоение родителями основ личностно-ориентированной педагогики и психологии общения с детьми, обеспечивающее эмоциональное и психическое благополучие детей.**
- ▣ **Формирование у родителей теоретических знаний, закрепление навыков и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.**
- ▣ **Помощь в приобретении элементарных навыков диагностики, сохранения и укрепления здоровья детей и взрослых.**
- ▣ **Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи к результатам воспитания**

НЕТРАДИЦИЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

Коллективные:

Школа для родителей или Семейный клуб

Круглый стол

Родительские конференции

Вечера вопросов и ответов

коммуникативные игры

Устные справочники

Выставки и презентации по узким направлениям

Наглядно-информационные:

буклеты

газеты

тематические выставки

Индивидуальные:

Приобщение родителей к жизни детского сада

Использование видеозаписи

Привлечение родителей к участию в педсоветах и семинарах ДОУ

Совместная деятельность ребёнка и родителя на занятии

Совместное оформление пособий, игр

УСЛОВИЯ СОЦИАЛЬНОГО ПАРТНЕРСТВА ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ

Создание доброжелательной атмосферы в общении администрации, педагогов и родителей ДОО

Включение родителей в совместный процесс физического воспитания детей в условиях ДОО в качестве активных его участников

Повышение уровня знаний родителей в области здоровья и физической культуры

Повышение уровня знаний о возрастных особенностях психофизического развития детей, способах и методах укрепления их здоровья и т. д.

Предоставление родителям выбора форм взаимодействия с педагогами ДОО по вопросам формирования основ физической культуры и здоровья

Внедрение здоровьесберегающих технологий в родительскую среду

Приобретение родителями опыта, социальной активности, реализация совместных проектов, участие в круглых столах и семинарах, конференциях

ОСНОВА СОЦИАЛЬНОГО ПАРТНЕРСТВА

- **мотивационная готовность** – осознанное отношение родителей, детей и педагогов к вопросам формирования основ физической культуры и культуры здоровья;
- **физическая готовность** – повышение уровня физической подготовленности родителей, детей и педагогов мотивирует к активной двигательной деятельности;
- **педагогическая готовность** – создание воспитательно-образовательного пространства "родители – дети – педагоги" на основе знаний закономерностей психофизического развития ребенка;
- **социальная готовность** – создание атмосферы сотрудничества, взаимопонимания и доверия между родителями, детьми и педагогами.



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СВОИХ ДЕТЕЙ



- **НОВЫЙ ДЕНЬ НАЧИНАЙТЕ С УЛЫБКИ И УТРЕННЕЙ РАЗМИНКИ.**
- **СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ ДНЯ.**
- **ПОМНИТЕ: ЛУЧШЕ УМНАЯ КНИГА, ЧЕМ БЕСЦЕЛЬНЫЙ ПРОСМОТР ТЕЛЕВИЗОРА.**
- **ЛЮБИТЕ СВОЕГО РЕБЁНКА, ОН – ВАШ.**
- **УВАЖАЙТЕ ЧЛЕНОВ СВОЕЙ СЕМЬИ, ОНИ – ПОПУТЧИКИ НА ВАШЕМ ПУТИ.**
- **ОБНИМАТЬ РЕБЁНКА СЛЕДУЕТ НЕ МЕНЕЕ 4 РАЗ В ДЕНЬ, А ЛУЧШЕ – 8 РАЗ.**
- **ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ – ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЫЖИВАНИЯ.**
- **НЕ БЫВАЕТ ПЛОХИХ ДЕТЕЙ, БЫВАЮТ ПЛОХИЕ ПОСТУПКИ.**
- **ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР ПО ЗОЖ – ЛУЧШЕ ВСЯКОЙ МОРАЛИ**
- **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ФАКТОРЫ .**
ЗАКАЛИВАНИЯ – СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДУ.
- **ПОМНИТЕ: ПРОСТАЯ ПИЩА ПОЛЕЗНЕЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, ЧЕМ ИСКУСНЫЕ ЯСТВА.**
- **ЛУЧШИЙ ВИД ОТДЫХА – ПРОГУЛКА С СЕМЬЁЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ЛУЧШЕЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ РЕБЁНКА – СОВМЕСТНАЯ ИГРА С РОДИТЕЛЯМИ.**



Будьте здоровы!

