

**«Организация взаимодействия и
сотрудничества с семьей по вопросам
сохранения и укрепления здоровья детей,
формирования навыков ЗОЖ».**

Выполнила: Пинская И.Н.
воспитатель МДОУ №2
«Дюймовочка»



«Семья для ребенка – это источник общественного опыта. Здесь он находит примеры для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: детский сад, семья, общественность».

В.А. Сухомлинский

- **Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка — это основа формирования личности, а физическое воспитание ребенка, и формирование навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), является одним из ведущих направлений ФГОС.**

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Рост количества детских заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и с самим образом жизни семьи ребенка, во многом зависящим от семейных традиций и характера двигательного режима.

При недостаточной двигательной активности ребенка (гиподинамии) неизбежно происходят ухудшение развития двигательной функции и снижение физической работоспособности ребенка.

Решающую роль по формированию личностного потенциала и пропаганде здорового образа жизни принадлежит семье.



. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте» 9п.1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании».

- Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни.
- Воспитание в семье на современном этапе не мыслится без помощи специалистов.

Изменения социокультурной ситуации требуют совершенствования содержания, форм и методов в работе с семьей, которые могли бы удовлетворить запросы родителей как в информационном, так и в организованном плане.

- Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников предусматривает повышение роли родителей в вопросах оздоровления детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание семейных традиций физического воспитания.
- В совместной деятельности педагогов и родителей, необходимо формировать понимание, что родители — не пассивные наблюдатели педагогического процесса, а его активные участники.
- Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении и семье, целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующая здоровье детей.

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников:

- **ЦЕЛЬ:** создание единого пространства развития ребенка «СЕМЬЯ - ДЕТСКИЙ САД».
- **Взаимодействие с семьями воспитанников строится на следующих концептуальных принципах:**
- Принцип преемственности, согласованных действий. Состояние взаимопонимания семьи и детского сада - этого единого пространства, этой объективной реальности, состоится при согласованности воспитательных целей и задач, позиций обеих сторон; "выстроенных по принципу единства, уважения и требований к ребенку; распределения обязанностей и ответственности".
- Принцип гуманного подхода к выстраиванию взаимоотношений семьи и ДООУ. Принцип взаимоотношений семьи и ДООУ на основе гуманности, толерантности, т.е. признание достоинства, свободы личности, терпимость к мнению другого; доброе, внимательное отношение всех участников взаимодействия.
- Принцип открытости. Новые социальные изменения в обществе требуют от воспитателя ДООУ открытости по отношению к семье воспитанника. Истинная открытость будет в том случае, если провозглашаемые ценности преобразуются в ценности, объединяющие социальный, интеллектуальный, культурный опыт всех взрослых, живущих в едином педагогическом пространстве: самих детей, членов их семей, воспитателей, специалистов ДООУ, социальное окружение.





- Принцип индивидуального подхода к каждой семье. Разные семьи были и всегда будут. Эта разность зависит от многих факторов; от родительской и человеческой культуры, традиций семьи, социального положения, особенностей здоровья членов семьи, ее состава, жилищных условий, образовательного ценза, внутрисемейных отношений, наличия животных в семье, предпочитаемого вида отдыха и многого другого
- Принцип эффективности форм взаимодействия семьи и МБДОУ. Формы выбираются в соответствии с региональными, культурно-историческими, социально-экономическими, социально-психологическими условиями, интересами семьи, возможностями ДОУ и др.
- Принцип обратной связи. Она необходима для того, чтобы изучить мнение родителей по разным вопросам воспитания, деятельности ДОУ. Воспитатели хотят знать: как реагируют родители на предложения и советы со стороны воспитателей, имеют ли встречные предложения.

- Воспитателю и родителям нужно находить время для ежедневного обмена информацией о здоровье и самочувствии ребенка в семье и детском саду

Лучший способ для воспитателя — найти общий язык с родителями воспитанников: проявить интерес к здоровью и развитию конкретного ребенка.

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

Особого внимания заслуживает проблема закаливания.

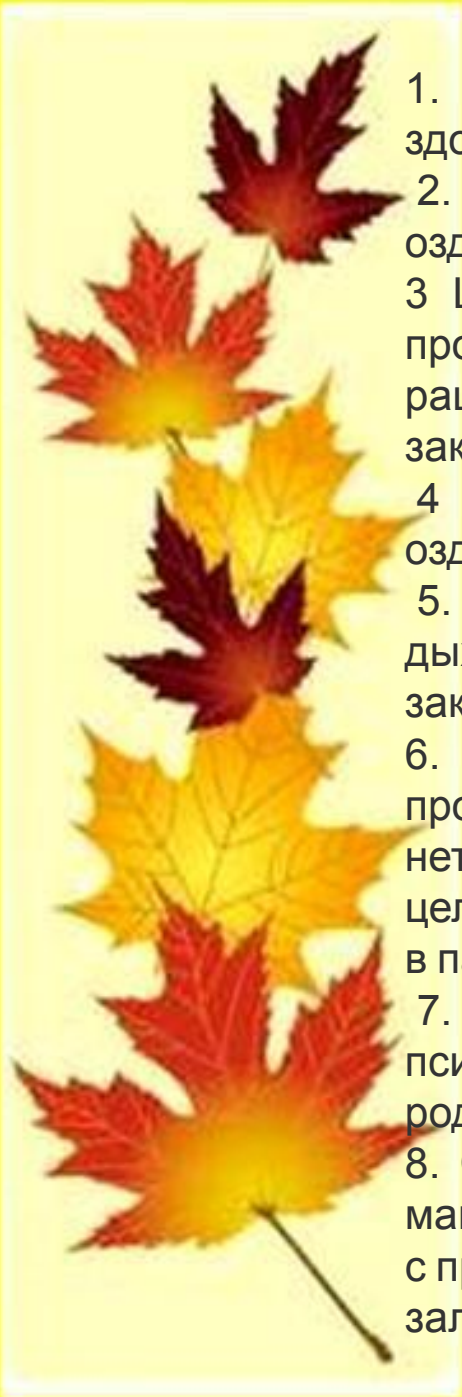
Необходимо убеждать родителей воспитанников в том, что ослабленному и болезненному ребенку закаливание необходимо больше, чем здоровому.

Очень важна в этом роль здорового образа жизни семьи. На закаленных детей меньше влияют резкие изменения температуры, они имеют хороший аппетит, более активны, уравновешены и жизнерадостны.



Система работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
2. Участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
3. Целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима;
4. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду;
5. Обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания);
6. Ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. В этих целях хорошо используются: информация в родительских уголках, в папках передвигах, в библиотеке детского сада;
7. Различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
8. Семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми; «открытые дни» родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур.



Эффективными формами сотрудничества дошкольного учреждения с семьей являются:

1. Родительские собрания, круглый стол; Школа для родителей,
2. Совместные физкультурные досуги, праздники, Дни здоровья, туристические походы;
3. Дни открытых дверей; совместные с родителями акции;
4. Домашние задания.
5. Клубы по обмену опытом воспитания и оздоровления детей в семье и ДОО, педагогические гостиные; семинары-практикумы
6. Комплектование педагогической библиотеки по организации физического воспитания в семье.
7. Выпуск газеты.
8. Беседа и анкетирование родителей при поступлении ребенка в ДОО для получения дополнительной информации, в том числе для выявления индивидуальных противопоказаний для использования различных средств оздоровления.
9. Индивидуальные беседы.
10. Консультации для родителей с участием врача, психолога, физинструктора.
11. Информация для родителей по оздоровлению детей и профилактике в помещении ДОО,
12. Лекции для родителей.
13. Рецепты здоровья — письменные рекомендации для домашнего оздоровления, индивидуальные комплексы ЛФК, практики нетрадиционных форм оздоровления.
14. Анкетирование родителей по результатам оздоровления. Анкетирование, а также анализ личных бесед с родителями и ближайшими родственниками детей помогает определить уровень знаний о возможностях и технологиях формирования ЗОЖ у детей, как в детском саду, так и в семье.



Работа с родителями



- Родители должны активно участвовать в оздоровлении своих детей. С целью повышения их роли в профилактической работе рекомендуется провести цикл бесед, лекций на следующие темы:
- 1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
- 2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
- 3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
- 4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь ее с заболеваниями бронхо-легочной системы.
- 5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
- 6. Роль закаливания в повышении резистентности к ОРЗ.
- 7. Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
- 8. О питании дошкольников.
- 9. Особенности физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
- 10. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
- 11. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
- 12. Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.
- 13. Вредные привычки у родителей (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и влияние их на здоровье детей.
- 14. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребенка.
- Все эти материалы также можно оформить в виде «Памяток для родителей» и вручить им.

Формирование у родителей навыков взаимодействия с ребенком в игровой деятельности, направленной на укрепление здоровья дошкольников.

- Очень важно не только познакомить родителей с формами и методами сохранения и укрепления здоровья дошкольников, но и научить их проводить оздоровительные мероприятия с малышом в игровой форме.
- Для этого хорошо подходит авторская программа «Развивающая педагогика оздоровления» доктора психологических наук, директора Института дошкольного образования и семейного воспитания РАО В.Т. Кудрявцева, кандидата педагогических наук Б.Б. Егорова.
- Для того чтобы точечный массаж не выполнялся чисто механически, необходимо создавать соответствующий эмоциональный настрой, предложить малышам игру «Скульптор». В ней, опираясь на прошлый опыт работы с глиной или пластилином, дать возможность ребенку творчески подойти к процессу и почувствовать внутренний настрой созданного образа.
- Так играя, можно «лепить уши, голову слона, Чебурашки, зайца и т.д.». Данная игра является фрагментом авторского комплекса «Гимнастика маленьких волшебников» В.Т.Кудрявцева и Б.Б.Егорова и включает в себя элементы психогимнастики в сочетании с точечным массажем.
- Точечный массаж как элемент психофизической тренировки способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения. При проведении «Гимнастики маленьких волшебников» происходит целенаправленное надавливание на биологически активные зоны, но в отличие от точечного массажа ребенок здесь не просто «работает» - он играет, лепит, мнет, разглаживает свое тело, видя в нем предмет заботы, ласки, любви.
- Для укрепления дыхательной системы детей и с целью повышения их сопротивляемости простудным и другим заболеваниям используется дыхательная гимнастика. (грудное дыхание по методу Л.Лазарева, элементы дых.гимнастики А.Стрельниковой, очистительное и звуковое дыхание).





- В 2016-2017 уч. году В нашей группе был разработан долгосрочный проект «Здоровей-ка!»
- **Цель проекта:** Создание условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей группы, формирование у воспитанников и их родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
- **Задачи:**
- Изучить научно-методическую литературу по проблеме здоровьесбережения из опыта работы педагогов ДООУ и города, на сайте ИМЦ, в сети Интернет.
- Разработать систему мер для обеспечения благоприятного температурного режима в группе в холодное время года.
- Создать в группе комфортные психолого-педагогические условия, способствующие сохранению и укреплению психофизического здоровья детей, их эмоционального благополучия.
- Совершенствовать предметно-развивающую среду группы, (участка для прогулок) для обеспечения двигательной активности детей.
- Использовать в работе с детьми Здоровьесберегающие и оздоровительные технологии, обеспечивающие укрепление общесоматического состояния здоровья детей, сохранение зрения, осанки, профилактика плоскостопия.



Задачи:

- Сформировать у дошкольников и их родителей навыки здорового образа жизни.
-
- Раскрыть значение совместной работы педагогов ДОО и родителей для обеспечения сохранности и укрепления здоровья детей группы.
- Использовать новые формы социального партнерства, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей группы.
- Создать постоянно действующий клуб для родителей «Здоровей-ка» по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей группы.
-
- Определить перспективы дальнейшей совместной деятельности – более активное включение родителей и специалистов ДОО в совместный план мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей.
-
- Осуществлять целенаправленную диагностику по отслеживанию состояния здоровья детей.
-



- В разные годы в нашей группе использовались различные формы сотрудничества с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей:
- Были разработаны и успешно реализованы: проект «Здоровый ребенок – в общество»
- Художественно-творческий проект «Окно Неболейки»
- Проводились семинары-практикумы «Дыхательная гимнастика и ее использование в семье», «Дыхание во время занятий физическими упражнениями»; «Правильный уход за полостью рта»; «Утренняя гимнастика в семье»
- «Обучение игровому массажу биологически активных зон ребенка»
- «Знакомство с авторской методикой «Гимнастика маленьких волшебников» В.Кудрявцева и Б.Егорова.» и др.
- Родители оказывали помощь в изготовлении нетрадиционного оборудования:
- Коврики Здоровья, Лыжи-Малышки, Палочки-Каталочки для профилактики плоскостопия у детей.
- Чудо-Осьминожки, на развитие мелкой моторики, Гантели и др.
- Все оборудование было изготовлено из бросового материала (пластиковых бутылок, крышек от шампуня и пл. бутылок, пуговиц и др.)



- Также совместно с родителями был разработан и используется в работе с детьми перспективный план «Воспитание основ здорового образа жизни у дошкольников»
- Работа проводится в форме бесед, игр-путешествий, кукольных спектаклей, дидактических и сюжетно-ролевых игр по темам:
- Ребенок и здоровье,
- Полезные продукты,
- Личная гигиена,
- Врачи наши помощники,
- Будем спортом заниматься,
- Витамины и здоровый организм,
- Опасные предметы
- Ребенок на улицах города и др.
- Родители активно участвуют в изготовлении атрибутов к играм, спектаклям, принимают участие в беседах.



- Важным фактором, по нашему мнению в формировании здорового образа жизни детей является совместное проведение мероприятий воспитательно-оздоровительной направленности, где полноправными участниками являются дети и их родители.
- Родители и дети с удовольствием участвуют в физкультурных праздниках и досугах: «Быстрее, выше, сильнее»; «Старты надежд»; «Юные олимпийцы»; «Мама, папа, я — спортивная семья».
- Таким образом, здоровье детей — цель, где сходятся интересы и семьи, и детского сада. Общность интересов в том, чтобы вырастить здоровую смену, жить в здоровой стране. Это основа для взаимодействия и сотрудничества семьи и детского сада.