

## К ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ ЧЕРЕЗ ДЕТСКИЙ САД!!!

Проблема воспитания культуры здоровья у всех участников образовательного процесса в ДОО является особенно актуальной на современном этапе развития общества. Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию здоровья человека, особенно детей дошкольного возраста.

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания ребёнка – дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – детского сада и семьи. Современная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребёнка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа её национальной безопасности.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников предусматривает повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который выступает в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в ДОО и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни — это радость в доме, это залог счастливой и благополучной жизни детей в гармонии с миром.

Семья для ребёнка – источник общественного опыта. Здесь он находит пример 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.

Роль родителей в сбережении здоровья ребёнка при поддержке ДОО состоит в конструировании природо и культурнообразной модели поведения, в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов ДОО в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребёнка, активном участии в создании культурных традиций детского сада. Это значит, что важным условием успешной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у них

потребности в здоровом образе жизни является и то, что «здоровый образ жизни» должен стать стилем жизни окружающих его людей, т.е. педагогов и родителей.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решать многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Поэтому ДОО оказывает существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребёнка.

Приоритетным направлением нашего дошкольного учреждения является организация физкультурно-оздоровительной работы. Коллектив педагогов МОУ в течение нескольких лет работает над проблемами повышения показателей физического развития и оздоровления дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольного образовательного учреждения. В результате был накоплен немалый опыт по данному направлению. Одним из эффективных путей повышения потенциала здоровья детей является освоение родителями и педагогами ДОО технологий здоровьесбережения и консолидации их усилий в процессе обучения и воспитания детей.

Взаимодействие коллектива детского сада с родителями воспитанников происходит под девизом: «К здоровой семье через детский сад», что способствует сохранению и укреплению здоровья детей, формированию здорового образа жизни в условиях семьи.

Организатором деятельности дошкольного учреждения, направленной на повышение педагогической культуры населения, является руководитель учреждения. Основные задачи и примерное содержание сотрудничества дошкольного учреждения по приобщению дошкольников и их родителей к здоровому образу жизни намечаются в годовом плане, конкретизируются в планах мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни.

Только при полном понимании и поддержке со стороны родителей можно достичь поставленной цели. Для этого используются различные формы и методы:

- ☐ Коллективные – родительские собрания, тематические консультации, конференции.
- ☐ Индивидуальные: беседа, консультация.
- ☐ Информационно – аналитические: анкетирование, социологические опросы.
- ☐ Наглядно – информационные – дни открытых дверей, открытые просмотры занятий, режимных моментов.
- ☐ Досуговые – спортивные досуги, праздники.
- ☐ Индивидуальные домашние задания.

Родительские собрания являются одной из эффективных форм взаимодействия с семьей. На родительских собраниях ДОУ по темам «Здоровье ребенка – в наших руках!», «О культуре формирования здорового образа жизни детей» затрагиваются вопросы здоровья детей. Ежегодно одно собрание посвящается обсуждению семейного опыта по воспитанию здорового ребенка. На собраниях родители делятся опытом привития любви к спорту, воспитанию правильной осанки, рассказывают о правильном питании, контроле за состоянием здоровья. Такой цикл бесед проводят и воспитатели. Вместе с родителями они обсуждают вопросы по изменению состояния здоровья детей, ищут причины появившихся проблем. Для этого используются разные формы проведения родительских собраний: устные журналы, обращение воспитателей к родителям, родительские лектории.

Старший воспитатель знакомит на родительских собраниях с результатами анкетирования по вопросам здоровья «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?», «В хорошей ли вы форме?», «Как мы укрепляем здоровье в своей семье», «Мое участие в физическом развитии ребенка», «Здоровый образ жизни». Анкетирование родителей помогает выявить наиболее приемлемые и эффективные формы работы с родителями, помогает оценить работу коллектива, выявить те вопросы воспитания и развития детей, которые у родителей вызывают затруднения.

Инструктор по физкультуре и педагог – психолог проводят практические занятия с родителями, показывают упражнения для снятия стресса, боли, комплексы утренней гимнастики, упражнения для сохранения правильной осанки.

На каждом собрании раздаются памятки по проблемам воспитания и здоровья детей «Советы Айболита», «Профилактика нарушений осанки», «В какой спорт отдать ребенка», «Азбука здорового образа жизни для детей». Чтобы памятки и буклеты не терялись, сформирована папка «Мы за здоровый образ жизни».

Узкие специалисты организуют интересные просветительские консультации и беседы: «Здоровье всему голова», «Как сделать зимнюю прогулку с малышом приятной и полезной», «Как быть здоровыми душой и телом», «Роль витаминов в детском питании», игры – практикумы «Твое здоровье – в твоих руках», «Развиваем дыхание – укрепляем здоровье», «Главное – положительные эмоции». Для родителей также подготовлена презентация – родительская энциклопедия на тему «Рекомендации по укреплению здоровья детей» в электронном виде, с которой можно познакомиться в домашних условиях.

Старшая медсестра проводит беседы с родителями. Темы разные: «Режим дня и питания», «Закаливание», «Профилактика плоскостопия», «Одежда детей в разные сезоны года» и др. Часто родители просят дать индивидуальную

консультацию по тому или другому вопросу. Возле медицинского кабинета создан уголок здоровья, в котором ежемесячно размещается информация на медицинские темы, информация о заболеваемости и функционировании групп.

Все материалы консультаций старшей медицинской сестры собраны в папках здоровья и имеются в каждой группе ДОО. Каждый родитель может взять папку домой и спокойно разобраться в необходимом для него материале, например, точечном массаже для профилактики ОРВИ.

Большую роль в работе с родителями играет наглядная агитация. Для родителей оформлены красочные стенды: «Воспитание здорового ребенка. Семейная физкультура», «Внимание, витамины!», «Здоровье ребенка – в ваших руках», «Движение – залог здоровья», «Профилактика травматизма», «Естественные факторы оздоровления» и другие.

Совместные физкультурные досуги в рамках проведения Дней здоровья, такие как: «Семейная спортивная эстафета», «Папа, мама и я – спортивная семья», «Путешествие в страну здоровья», День физкультурника позволяют приобщить к здоровому образу жизни не только воспитанников детского сада, но и их родителей. Физкультурные праздники способствуют совершенствованию двигательных умений детей, формированию интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями. Дни здоровья содействуют оздоровлению детей и взрослых, предупреждают утомление. Вовлечение семьи в спортивные мероприятия имеет большое значение: в такой семье вырастит здоровый, любящий спорт человек.

День открытых дверей, являясь достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательно-образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Проводится как экскурсия по дошкольному учреждению, так и с посещением группы, где воспитываются дети пришедших родителей.

Воспитатели и родители ежедневно находят время для обмена информацией о здоровье и самочувствии ребенка в семье и детском саду. Источником информации по вопросу здоровья детей для родителей служат «Уголок здоровья», информационные стенды: «Здоровый образ жизни», «Система профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата» и т.д., а также домашние задания, которые позволяют повысить двигательную активность детей, подтянуть отстающего в движении ребенка, дать родителям конкретные советы по общению с детьми.

В детском саду и группах имеется педагогическая библиотека с литературой по разным вопросам семейного воспитания, включая и журнальные статьи. К

комплектованию библиотечного фонда привлекаются и сами родители, которые охотно передают в общественное пользование прочитанные книги, журналы.

Пропаганде здорового образа жизни педагоги нашего ДООУ уделяют огромное внимание, и за пределами дошкольного учреждения, активно участвуя в конференциях различного уровня, как во всероссийских, так и в международных. Об опыте своей работы наши педагоги опубликовали различные статьи: «Организация процесса физического воспитания дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата», «Использование ритмической гимнастики в физическом воспитании дошкольников с детским церебральным параличом», «Коррекция нарушений осанки у дошкольников средствами физической культуры», «Использование фитболгимнастики в оздоровлении дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата», «Применение лечебной гимнастики в физическом воспитании дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата» и другие.

Семья и детский сад – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка.

Мы уже знаем, успех нашего сотрудничества с семьями наших воспитанников от того, что родители и педагоги объединили свои усилия и обеспечили малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную содержательную жизнь в детском саду и дома, и с уверенностью можем сказать, что произошедшие изменения в жизни наших детей – им на благо.