

*Ступница Лариса Анатольевна*  
инструктор по физической культуре  
МДОУ ЦРР Д/С №46  
г. Усть-Кут, Иркутская область

## **ПРИОБЩЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ЧЕРЕЗ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ**

*Аннотация: в статье рассматривается актуальная на сегодняшний день проблема взаимодействия педагогов дошкольного образовательного учреждения и семьи по воспитанию основ здорового образа жизни у ребёнка-дошкольника и предлагаются практические пути решения этой проблемы.*

*Ключевые слова: физическое воспитание, стандарты, здоровый образ жизни, педагогические принципы, алгоритм проведения работы.*

Ежегодный мониторинг физического развития и физической подготовленности детей-дошкольников, проводимый в ДОУ, показывает, что с каждым годом уменьшается количество детей с первой группой здоровья. Здоровье ребёнка зависит от многих факторов: наследственных, социально-экономических, экологических, здравоохранения. Однако первостепенная роль в сохранении и формировании здоровья все же принадлежит образу жизни ребёнка, то есть его семьи. Желание видеть своего ребенка здоровым – мечта любого адекватного родителя. Эффективным средством укрепления здоровья, снижением заболеваемости является занятие физической культурой. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье – важные составляющие воспитания в семье. Не следует забывать, что в формировании у дошкольников потребности быть здоровым, главное – пример. Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Анкетирование говорит о том, что родители признают важность физического воспитания, но проявляют недостаточную активность в решении этого вопроса. Печально, что зачастую родители перекладывают заботу о физическом воспитании своего ребёнка

на плечи педагогов. А ведь при одностороннем решении этой проблемы результат не может быть положительным. Только тесное сотрудничество семьи и сотрудников ДОУ может изменить сложившуюся ситуацию.

В настоящее время в России происходит модернизация системы образования с целью повышения качества образования, его доступности, поддержки и развития таланта каждого ребенка, сохранения его здоровья. Разработан новый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) [2], который отвечает новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с родителями. В стандартах идет речь о дифференциированном подходе в работе с родителями. О необходимости учитывать социальный статус, микроклимат семьи, родительские запросы и степень заинтересованности родителей деятельностью ДОУ, повышение культуры педагогической грамотности семьи. Также сформулированы и требования по взаимодействию ДОУ с родителями. Подчеркнуто, что одним из принципов дошкольного образования является сотрудничество детского сада с семьей, а ФГОС является основой для оказания помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей.

Обратимся к Закону РФ «Об образовании» (ст. 18 п. 1), который гласит: «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка в младенческом возрасте» [1].

То есть, в центре работы по воспитанию здорового ребёнка и приобщения его к здоровому образу жизни должны быть семья и детский сад – основные социальные структуры, отвечающие за уровень здоровья ребенка.

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача для дошкольников. И поэтому, главным аргументом в укреплении здоровья дошкольников остается ценность здоровья как основного показателя благополучия человека,

что обуславливает обязательное включение образовательную область «Физическая культура» в состав общеобразовательных программ дошкольного образования.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и целостного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (владение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Цель работы дошкольного учреждения: приобщение дошкольников к здоровому образу жизни; воспитание у детей эмоционально- положительного отношения к физической культуре как составляющей общей культуры; повышение уровня компетенции родителей в вопросах физической культуры, как основы сохранения жизнестойкости будущего поколения.

*Задачи:*

- формировать у детей базовые представления о здоровом образе жизни;
- обогатить детско-родительские взаимоотношения в ходе проведения совместных мероприятий, в том числе развлекательных, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению психофизического здоровья детей;
- обеспечить преемственность методов и приемов воспитания детей в семье и детском саду, и тем самым повысить эффективность работы по оздоровлению детей.

Исходя из поставленных задач, необходимо объединить усилия педагогов и родителей воспитанников, найти эффективные формы взаимодействия по воспитанию культуры здоровья ребенка, приобщения его к здоровому образу жизни.

Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточна сложна. Вопросов много:

- Как укрепить и сохранить здоровье наших детей?
- Как привить навыки здорового образа жизни?
- Когда это надо начинать?

Ответы на эти вопросы появляются в осуществлении совместной деятельности педагогов и родителей по физическому развитию дошкольников, сохранению и приумножению их здоровья.

В работе с родителями по повышению их психолого-педагогической культуры и включению их в совместный педагогический процесс очень важно учитывать *педагогические принципы*:

1. Принцип индивидуального подход к каждому ребёнку и каждой семье на основе учёта состояния здоровья ребенка, интересов и способностей всей семьи и её традиций.

2. Принцип взаимного доверия и взаимопомощи педагогов и родителей.

Укрепление авторитета педагогов в семье и родителей в детском саду.

3. Принцип систематичности и последовательности работы.

4. Принцип соблюдения преемственности и единства требований, что достигается, если цели и задачи воспитания ребёнка и приобщения его к здоровому образу жизни хорошо поняты не только педагогам, но и родителям.

Для более продуктивной работы с родителями воспитанников инструктору по физической культуре, педагогам ДОУ необходимо не только правильно определить для себя формы и методы работы, но и составить алгоритм этой работы.

*Алгоритм проведения работы с родителями:*

*1 этап* – ознакомительный. Сбор информации через анкетирование, собеседование, беседы, изучение медицинских показаний. На основе данных анкетирования планируются мероприятия с родителями, намечаются формы и методы работы.

*2 этап* – профилактический. Включает в себя наглядную информацию: стенды, уголки здоровья в группах, папки-передвижки, консультации, семинары,

семинары-практикумы, просмотры непосредственно- образовательной деятельности в зале и в бассейне, просмотры утренней гимнастики.

*3 этап* – индивидуальная работа. Опираясь на результаты анкетирования и наблюдений за родителями на разнообразных мероприятиях, инструктор по физической культуре намечает тематику индивидуальных консультаций.

*4 этап* – рефлексивный. Повторное обсуждение проблемных вопросов после проведения организованных мероприятий.

*5 этап* – перспективный. Подведение итогов. Обсуждение планов педагогов и родителей на будущее.

Перспективный план по взаимодействию с семьями воспитанников позволяет более продуктивно выстроить работу ДОУ на учебный год (приложение 1).

Работа эта очень интересная. Если педагоги смогут достучаться до сознания родителей, результат будет только положительный.

Физическое развитие и оздоровление детей в ДОУ требует от инструктора глубоких знаний и творческого подхода. Именно в этом возрасте осуществляется наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Поэтому, если данный период будет упущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать проблемы, устраниТЬ допущенные ошибки будет трудно. Этот период времени можно образно представить в виде цельного куска пластилина. То есть, от умения мастера зависит, что из него вылепим.

Проводимый два раза в год мониторинг физического развития и физической подготовленности детей позволяет проанализировать проведённую работу по физическому воспитанию и наметить план на дальний период времени. Если работа проводится с учётом всех дидактических принципов, то динамика будет только положительной.

Таким образом, дошкольные учреждения, осуществляя задачи физического воспитания дошкольников совместно с семьёй, могут достигнуть более высоких

результатов в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности ребёнка-дошкольника.

А возможности инструктора по физической культуре для развития физической культуры дошкольника и сохранения его здоровья достаточно широки и зависят только от устремлений специалиста и его профессиональной компетентности.

### Приложение 1

#### Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников

№п/п	Тема, форма проведения	Цель	Ответственные	Сроки про-ведения
1	1) анкетирование родителей (все группы дошкольного возраста); 2) проведение мониторинга (ежегодный мониторинг детей 4–7 лет); 3) родительская конференция (все группы дошкольного возраста)	– определение уровня знаний родителей по вопросам оздоровления ребенка, выявление запроса родителей по данному направлению; – анализ уровня физического развития и физической подготовленности детей; – ознакомление с результатами анкетирования, мониторинга; – определение основных задач работы по физическому развитию и укреплению здоровья детей на предстоящий учебный год	инструктор по физической культуре, заместитель заведующей по ОВР	сентябрь
2	прогулка-поход в осенний лес (подготовительные к школе группы)	– оздоровление организма детей и взрослых; – приобретение навыков ориентировки на местности; – получение эмоционально-эстетического удовлетворения;	инструктор по физической культуре, заместитель заведующей по ОВР	октябрь

3	работа информационного пункта: 1) оформление стенда; 2) оформление сайта инструктора по ФИЗО; 3) объявления в группах	– создание заинтересованности родителей жизнью ребенка в детском саду	инструктор по физической культуре	в течение учебного года
4	работа консультационного пункта: консультации «Игры, которые лечат» (младший возраст), «Здоровье всему голова» (младший возраст), «Домашний стадион» (старший возраст), «Профилактика ожирения в детском возрасте» (для всех возрастов), «Физкультминутки для здоровых глаз» (ст. воз.)	повышение компетенции родителей в области физического развития и совершенствования двигательной активности детей	инструктор по физической культуре	в течение учебного года
5	праздники на открытом воздухе: Зимняя олимпиада, Летняя спартакиада	– пропаганда здорового образа жизни; – развитие основных движений; – получение эмоционально-положительного отклика от совместного участия в развлекательных мероприятиях	инструктор по физической культуре, педагоги	январь, июнь
6	1) в физкультурном зале: досуги для средних и старших дошкольников и их родителей «Мама, папа и я – спортивная семья»;	– привлечение родителей к спортивной жизни детского сада; – пропаганда здорового образа жизни; способствование приобретению родите-	инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель	декабрь, март, апрель, февраль, март

	2) проведение физкультурно-музыкальных досугов: – с привлечением пап воспитанников ДОУ: «Мой пapa самый-самый...» (средний возраст), «Аты-баты, мы солдаты» (старший дошкольный возраст); – с привлечением мам: «Мисс Быстрота. Ловкость, Смелость»	лями и детьми разнообразного двигательного опыта; – воспитание нравственно-волевых качеств; – получение эмоционально-положительного отклика от совместного участия в развлекательных мероприятиях		
7	1) День открытых дверей; 2) практический показ закаливающих процедур, корректирующей гимнастики, оздоровительного бега, непосредственно образовательной деятельности в зале и в бассейне; 3) презентация «Роль подвижных игр в сохранении и укреплении здоровья дошкольника»	Повышение компетенции родителей в области физического развития и совершенствования двигательной активности детей.	инструктор по физической культуре	декабрь
8	Неделя здоровья	– привлечение родителей к спортивной жизни детского сада; – пропаганда здорового образа жизни	инструктор по физической культуре	февраль
9	1) постояннодействующий семинар «Здоровый дошкольник»;	оказание помощи по воспитанию здорового ребенка.	инструктор по физической культуре	в течение учебного года
10	2) акция «Мы за здоровое питание»:	– расширение знаний детей и родителей о	инструктор по физиче-	апрель

	презентация «Правильное питание – залог здоровья дошкольника»; 3) консультация «Сахар – враг или друг»; 4) буклеть «Питание для дошкольников»; 5) коллаж «Здоровое питание – основа процветания»	принципах здорового питания; – пропаганда здорового питания	ской культуре, заместитель заведующей по ОВР, педагоги	
11	индивидуальные беседы, консультации по запросам	повышение уровня компетентности родителей в оздоровлении детей.	инструктор по физической культуре	в течение учебного года
12	1) создание коллажа «Мы со спортом очень дружим» (родители и дети старшего дошкольного возраста); 2) оформление стенгазеты «Физкультура в детском саду»	– наглядная пропаганда здорового образа жизни; – получение эмоционального и эстетического удовлетворения от совместной творческой работы	инструктор по физической культуре, педагог дополнительного образования	февраль
13	мастер-класс для родителей «Подвижные игры для детей»	– повышение двигательной активности детей; – формирование потребности в совместных играх	инструктор по физической культуре	апрель
14	общее родительское собрание	подготовка к летне-оздоровительному периоду	инструктор по физической культуре, заместитель заведующей по ОВР	май

### **Список литературы**

1. Об образовании в Российской Федерации: федеральный закон Российской Федерации от 29.12.12 №273-ФЗ (ред. От 23.07.2013).

2. Федеральный государственный образовательный стандарт (приказ от 17 октября 2013 г. №1155).

3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду / Л.И. Пензулаева // Библиотека программы «От рождения до школы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://modernlib.ru/books/lipenzulaeva/fizicheskayakultura>