

**Тихомирова Анастасия Сергеевна**

воспитатель

**Гапоненко Марина Сергеевна**

учитель-логопед

**Тозыякова Светлана Сергеевна**

воспитатель

МБДОУ №2 «Д/С ОВ»

г. Кемерово, Кемеровская область

## **ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ОСНОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** в статье рассматриваются вопросы педагогической помощи семье при формировании здоровьесберегающих компетенций у дошкольников. Автор отмечает, что внедрение здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию интереса ребенка к процессу обучения, снижению заболеваемости; повышает познавательную активность и уровень физической подготовленности; формирует осознанную потребность ведения здорового образа жизни. Система здоровьесбережения в ДОУ включает в себя две составляющие. Это здоровьесберегающая и здоровьесформирующая деятельность. Автором предлагается внедрение оздоровительных технологий в образовательный процесс через активные формы профилактической работы, тем самым способствуя валеологическому образованию родителей и воспитанников.*

***Ключевые слова:** здоровье, здоровьесбережение, валеология, здоровьесберегающее образование, оздоровительные технологии, родители, педагогическое сопровождение.*

Лозунг «Здоровье детей – здоровье нации!» нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. Одним из приоритетных направлений деятельности детского сада по ФГОС является проведение

физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников, требуемого по ФГОС, в ДОУ используются различные современные здоровьесберегающие технологии:

- медико-профилактические (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, противоэпидемиологическая работа, организация специализированных коррекционных групп, профилактика многих заболеваний, санитарно-гигиеническая работа, контроль качества организации питания и т.д.);

- физкультурно-оздоровительные (проведение подвижных игр, спортивные мероприятия, валеологические занятия, процедуры закаливания, организация прогулок и т.д.)

- валеологическое образование родителей (мотивация родителей к ведению здорового образа жизни, обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры);

- валеологическое просвещение педагогов (ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников);

- здоровьесберегающее образование детей (формирование валеологических знаний и навыков).

Реализуя все указанные виды здоровьесберегающих технологий, можно достигнуть тесного взаимодействия основных факторов, влияющих на здоровье дошкольников.

Использование оздоровительных технологий решает целый ряд задач:

- закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
- повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
- проведение профилактической оздоровительной работы;
- ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;

- мотивация детей на здоровый образ жизни;
- формирование полезных привычек;
- формирование валеологических навыков;
- формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;

- воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Важно придерживаться принципов здоровьесберегающих технологий:

- раннее начало здоровьесберегающих мероприятий;
- комплексность использования всех доступных средств и методов здоровьесбережения;

- индивидуальный подход к ребенку;
- непрерывность занятий;
- сознательное желание воспитанников не терять здоровье;
- использование методов контроля адекватности нагрузок.

Система здоровьесбережения в ДООУ включает в себя две составляющие. Это здоровьесберегающая и здоровьеформирующая деятельность.

Здоровьесберегающая деятельность включает в себя:

- создание безопасного образовательного пространства;
- создание санитарно-гигиенических;
- организацию питания;
- создание эстетической предметно-пространственной среды;
- обеспечение психологической безопасности и эмоционального благополучия детей.

В свою очередь, здоровьеформирующая деятельность включает в себя

- физкультурно-оздоровительную работу;
- закаливание;
- внедрение оздоровительных технологий в образовательный процесс;
- познавательные занятия валеологического направления;
- правильная организация режимных моментов;
- лечебно-профилактическую работу.

Цель нашей работы в данном направлении: способствовать валеологическому образованию родителей, формировать у детей основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Исходя из практики, не все родители в полной мере осознают свои воспитательные возможности и то, что они являются субъектами воспитательно-образовательного процесса. Мы считаем, что педагогически целесообразно исследовать уровень педагогической культуры родителей воспитанников по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей. Было проведено анкетирование среди родителей воспитанников. Результаты анкетирования показали преобладание среднего и низкого уровня развития педагогической культуры родителей в области сохранения и укрепления здоровья детей. Отмечается неустойчивая мотивация, отсутствие режима в жизни, отсутствие необходимых знаний по данной проблеме. В целом нужно отметить, что родители проявляют интерес к проблеме сохранения здоровья детей. Полученные в ходе анкетирования данные показывают, что современные родители нуждаются в грамотной педагогической помощи и готовы взаимодействовать с детским садом в рамках рассматриваемой проблемы.

Педагогическое сопровождение родителей воспитанников осуществлялось в разнообразных формах.

Особое внимание в работе с родителями в нашей группе уделялось обсуждению возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Лекции, консультации по проблеме здоровьесбережения позволили повысить информированность родителей, существенно обогатить их знания по вопросам сохранения и укрепления здоровья ребенка. Кроме того, для привлечения интереса, с целью активизации родителей, закрепления и совершенствования их практических навыков и умений использовались игры, мини-тренинги: «Произношение в порядке – спасибо речевой зарядке», «Поиграем с пальчиками», «На зарядку все вместе!», «Гимнастика для уставших глаз», «Игры с песком – это интересно!»,

«Дыхательная гимнастика в детском саду» и др. В некоторых тренингах принимали участие родители и дети.

Закреплению знаний родителей способствовал оформленный нами стенд «Здоровый Я», содержащий методические рекомендации по проблеме здоровьесбережения детей, перечень и примеры детской художественной литературы валеологического содержания, памятки и буклеты, в которых в интересной форме предлагаем родителям изучить возможности своего ребенка «Как правильно чистить зубы», «Какие бывают врачи», «Мое тело», «Делаем зарядку для глаз», «Виды спорта» и др.

Обратная связь с родителями осуществлялась посредством специального ящика «Ваш вопрос – наш ответ» для родителей, в котором они оставляли свои пожелания на обсуждение актуальных для них тем.

Виды деятельности дошкольной организации, в которую мы включаем воспитанников и их родителей – это:

- образовательная деятельность (занятия валеологического характера «Моя мама – доктор»);
- соревновательная деятельность (конкурсы по темам «Мы здоровью скажем да!», КВН «Тело человека»);
- проектная деятельность «Какие бывают врачи», «Мой любимый вид спорта»;
- самостоятельная и исследовательская деятельность детей;
- досуговая деятельность (проведение совместных досугов с родителями на темы «Игры с песком», «С пальчиками играем – речь развиваем»);
- работа специалистов узкого профиля, в том числе логопеда (упражнения на развитие мелкой моторики, применение дыхательной гимнастики, артикуляционной гимнастики, фонетической ритмики, пескотерапии и др.).

По данным повторного анкетирования родителей, можно сделать вывод о том, что большинство из них изменили свое отношение к проблемам здоровьесбережения, осознали свою роль в формировании основ

здоровьесберегающей компетенции у детей, проявили желание объединить усилия ДООУ и семьи в данном направлении.

В результате проведенной работы у воспитанников улучшились соматические показатели здоровья, повысилась мотивация к применению навыков здорового образа жизни, сформировались представления о культуре здоровья. Таким образом, через активные формы взаимодействия с родителями, детям была предоставлена возможность получать информацию о физическом, эмоциональном здоровье, обеспечен процесс активного ее усвоения.

Имеются достаточные основания для утверждения, что результаты, полученные по всем компонентам здоровьесберегающей компетентности, достигнуты за счет того, что в образовательном процессе ДООУ была создана и реализована модель процесса развития здоровьесберегающей компетентности дошкольников.

### ***Список литературы***

1. Голубева Л. Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей / Л. Голубева, И. Прилепина // Дошкольное воспитание. – №1. – 2001. – С. 44.
2. Забоева М.А. Педагогическая поддержка процесса формирования основ здоровьесберегающей компетенции у детей старшего дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук. – Челябинск, 2013. – 185 с.
3. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях / М.Н. Кузнецова. – М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
4. Радионова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях: учебное пособие / Л.В. Радионова. – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2011. – 124 с.