

Карнаухова Марина Викторовна

воспитатель

Манохина Светлана Ивановна

воспитатель

МБДОУ «Д/С КВ №16»

г. Белгород, Белгородская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В СЕМЬЕ И ДЕТСКОМ САДУ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГАРМОНИЧНО РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ ДОШКОЛЬНИКА

Аннотация: в данной статье раскрываются методы и формы работы воспитателей с родителями и воспитанниками по формированию положительного отношения к здоровому образу жизни. Подчеркивается важность всех аспектов здоровья: физического, психического и социального; также подчеркивается важность совместной работы воспитателей и родителей для достижения результатов.

Ключевые слова: семья, детский сад, здоровье, здоровьесбережение, сотрудничество, физическое здоровье, психическое здоровье, гармоничная личность.

Семья и детский сад – это важнейшие социальные институты, определяющие развитие маленького ребенка. У семейного и общественного дошкольного воспитания различное предназначение, у каждого своя уникальная миссия, поэтому семья и ДОУ не могут заменить друг друга, но только в сотрудничестве эти два важнейших института могут достичь положительных результатов в развитии гармоничной личности ребенка.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами ДОУ, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Эту задачу взрослым надо

решать с самых ранних лет жизни ребенка, причем решать системно и сообща. Оздоровление детей – это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная систематически спланированная работа всех участников образовательного процесса на длительный срок.

Только тесное сотрудничество родителей, воспитателей группы и других специалистов ДОО позволит организовать более эффективную деятельность по сохранению и укреплению здоровья детей, предполагающую формирование у семей воспитанников ДОО потребности в здоровом образе жизни и как следствие снижение заболеваемости детей. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей.

Перед образовательными учреждениями стоит сегодня сложная, но очень важная задача – не только повысить качество образования, но и осуществить это без потерь в здоровье, а также улучшить физическую подготовленность подрастающего поколения.

Данные разных исследований показывают, что за последнее время число здоровых дошкольников постоянно уменьшается. Растет число врожденных аномалий и последствий родовых травм, увеличивается число часто болеющих детей.

Таким образом, можно сказать, что главной актуальной проблемой физического воспитания в свете современных требований – охрана жизни и укрепление здоровья дошкольников, решение поставленных задач в контексте ФГОС.

В режиме дня нами применяются и организуются различные формы работы с детьми: мы проводим утреннюю гимнастику, подвижные игры, и соревнования на дневной прогулке, двигательные-оздоровительные физкультминутки во время непосредственной образовательной деятельности, физические упражнения и минутки-пробудки после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закалывающими процедурами, физкультурные досуги, спортивные праздники, «Дни здоровья», различные спартакиады и соревнования, ведем просветительскую деятельность с родителями, так например, в родительских уголках постоянно

обновляются консультации от инструктора по физической культуре, воспитатели также проводят консультации с родителями. Следует отметить, что эффективность работы по здоровьесбережению в нашей группе довольно высока, т.к. работа всех специалистов ведется слаженно.

В группе создано большое пространство для двигательной активности, в которую включено физическое оборудование: «Дорожки здоровья», мягкие мячи, большое количество физкультурного оборудования, картотека «Советы доктора Айболита». Все это способствует нормальному физическому развитию. В прошлом году нами был реализован проект по формированию здорового образа жизни и правильных пищевых привычек «Кастрюля-хитрюля», целью которого стало формирование положительного отношения к правильному питанию и здоровому образу жизни.

Помимо физического здоровья огромное внимание уделяется и психологическому климату в группе, так как в возрасте именно 3–7 лет в дошкольнике закладываются такие качества, как креативность мышления, способность анализировать и мыслить. С детьми проводится различная релаксационная гимнастика и различные упражнения на развитие памяти и внимания. Однако же, большинство психологов считает неоспоримым тот факт, что психическое здоровье ребенка зависит от стиля родительского воспитания и характера взаимоотношений родителей и детей, поэтому в родительском уголке группы также постоянно обновляются различные консультации психолога и воспитателей.

Следует отметить, что здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии в обучении: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. – 2000.

2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3–7 лет). – М.: Владос, 2002.

3. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1995.