

Воронкова Людмила Николаевна

воспитатель

Кирли Домника Пантелейевна

воспитатель

Леонидова Ирина Васильевна

воспитатель

Колесникова Ирина Александровна

воспитатель

МБДОУ «Д/С КВ №67»

г. Белгород, Белгородская область

РАБОТА С СЕМЬЕЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ У ДЕТЕЙ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация: статья описывает совместную работу ДОУ и семьи по формированию у детей навыков здорового образа жизни. Обозначено планирование работы, даны рекомендации родителям.

Ключевые слова: семья, ДОУ, воспитание, формирование навыков ЗОЖ.

Подрастающее поколение будет таким, какой будет семья. Но, как писал А.С. Макаренко: «Семьи бывают хорошие и семьи бывают плохие. Поручиться за то, что семья воспитывает как следует, нам нельзя, говорить, что семья может воспитывать как хочет, мы не можем. Мы должны организовать семейное воспитание».

Поэтому основные усилия педагогического коллектива детского сада, на наш взгляд, должны быть направлены на повышение уровня педагогической культуры родителей.

В настоящее время значительно возросло количество детей с плохим здоровьем, появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями, излишним весом, нарушениями осанки. Причин сложившейся ситуации множество. Дома родители предпочитают занять ребенка спокойными интеллектуальными или другими настольными играми, в худшем – просмотром телепередач

или видеофильмов. И это вполне понятно: родители хотят отдохнуть после напряженного рабочего дня, в квартирах много мебели и мало места, а «ребенок, разбегавшись, может получить травму или что-то разбить. Пусть лучше посидит – спокойнее будет».

К семи годам у ребенка формируется представление о себе как о существе социальном, мыслящем, он приходит к важным выводам о своих возможностях и предпочтениях. Это накладывает особую ответственность на тех, кто причастен к обучению и воспитанию детей.

Педагогические исследования рассматривают оздоровления детей в условиях детского сада. Согласно полученным данным установлено, что воспитатель может достичь положительного результата в данном направлении только при условии систематической работы с семьями воспитанников.

Работая с детьми, анализируя посещаемость и заболеваемость, сделан вывод о том, что у детей плохо сформировано понятие о здоровом образе жизни, поэтому дети часто болеют, у них слабый иммунитет, они часто отсутствуют в детском саду. играми: в лучшем случае рисованием,

В детском саду был намечен перспективный план работы по формированию у детей навыков здорового образа жизни|. Он включает в себя:

- совместная работа с родителями для решения задачи по формированию у детей навыков здорового образа жизни;
- создание развивающей среды для физического развития в группе и дома;
- комплексное наблюдение за развитием ребенка.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания;

- систематичность и последовательность работы (в соответствии с конкретным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении;
- индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей;
- взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.

Путем анкетирования выявлено, что многие родители сами плохо понимают, как нужно правильно вести здоровый образ жизни, поэтому среди своих детей не пропагандируют его. Исходя из вышеизложенного, необходима система работы воспитателя с семьей по формированию у детей навыков здорового образа жизни, которая включает в себя:

Анкетирование родителей с целью выявления особенностей семейного воспитания в данном направлении, сбор сведений об индивидуальных особенностях ребенка, выяснение ожиданий родителей на образовательные услуги детского сада.

Планирование работы с семьей по трем направлениям: просветительство, обучение практическим умениям и вовлечение в образовательный процесс.

Просветительская работа реализуется при помощи:

- ежедневных бесед с родителями о состоянии здоровья и особенностях пребывания ребенка в детском саду;
- родительских собраний, как традиционной, так и нетрадиционной формой проведения, с целью ознакомления возрастных норм развития детей по программе, задач работы на текущий год, обучения методам и формам оздоровления детей;
- наглядно-текстовой информации в родительском уголке

Обучение практическим умениям родителей и вовлечение их в образовательный процесс возможно:

- на занятиях консультативного кружка «Содружество» по запросам родителей с целью педагогического просвещения и обучения практическим умени-ям и организации развивающей среды в детском саду и дома;
- в «Дни открытых дверей» во время знакомства с достижениями детей и методами работы с детьми;
- во время совместных праздников, экскурсий, досугов, выставок, посиде-лок с целью сближения семей для совместного творчества, возникновения сов-местных переживаний.

Одним из главных условий формирования здоровой личности является обеспечение нормального физического развития. Родители должны знать, что нужно делать для того, чтобы сохранить и укрепить здоровье ребенка, развить его силу и выносливость, физические способности, повысить сопротивляемость его организма болезням. Поэтому самым важным в работе с родителями счита-ется открытость задач по той или иной проблеме формирования у детей навы-ков здорового образа жизни. Необходимо, чтобы, родители знали формы и ме-тоды оздоровления, применяемые в детском саду, и использовали их дома, по-этому на одном из родительских собраний в начале учебного года знакомлю с физкультурно-оздоровительной работой в учреждении с учетом возрастных особынностей детей.

Основная проблема физического развития детей – материальная база. На родительском собрании можно попросить родителей помочь в решении этой задачи. Родители могут сделать гимнастическую скамейку, ребристую доску, кубы нескольких размеров, мягкие валики, мешочки с песком для бросания и для равновесия. Можно предложить им использовать бросовый материал в из-готовлении пособий и тренажеров. В нашем саду появились массажеры из ко-сточек старых счет, массажные дорожки из пуговиц и других материалов, из пластиковых бутылок тренажер «Поймай мяч ловушкой», из поролона и ткани дорожка «Тип-топ», из ткани двух цветов и небольших цилиндров шашки напольные и многое другое. Такие же тренажеры теперь есть у многих воспи-танников и дома, и использует их вся семья.

Вместе с родителями создали в группах «Уголок здоровья», где находятся: осиновые плошки, грецкие орехи, разнообразные запахи (аромотерапия), кора, бусы, бумага, схемы для выражения эмоций, массажеры, схемы для точечного массажа и т. д. Все эти предметы хорошо снимают напряжение, агрессию, негативные эмоции. Дети, занимаясь этими предметами, незаметно для себя оздоравливаются.

Совместно с родителями были оформлены дидактические игры:

«Моё тело», «Спорт – это здоровье», «Чистим зубы правильно», «Бережём уши» и т. д. На родительском собрании-практикуме мы рекомендовали и обучили родителей «Гимнастике маленьких волшебников». Дети здесь не просто «работают» – они играют, лепят, мрут, разглаживают своё тело, видя в нём предмет заботы, ласки, любви. Делая массаж живота, шеи, головы, рук, ушных раковин и т. д.. ребёнок воздействует на весь организм в целом. У него полная уверенность в том, что он действительно творит что-то прекрасное, всё это развивает у ребёнка позитивное ценностное отношение к собственному телу. В родительском уголке в папках-передвижках поместили комплексы бодрящей гимнастики, которая включает в себя физические упражнения для пробуждения организма и хождение по искусственной «Тропе здоровья», примерная схема которой была предложена родителям воспитателями, и рекомендовали родителям проводить ее после дневного сна по выходным или, когда ребенок не посещает детский сад. Наши дети должны быть здоровыми, а для этого надо не так уж много: систематичность выполнения, привычку, удовольствие в выполнении упражнений.

В течение дня рекомендуем родителям изыскивать минутку, чтобы доставить детям удовольствие, выполняя следующие упражнения: потянуться как кошка, повалиться как неваляшка, позевать, открывая рот до ушей, поползть как змей без помощи рук. Это очень важно для развития и укрепления опорно-мышечной системы ребёнка.

Для того чтобы родители и дети видели результаты своего труда, мы предложили родителям вести специальный альбом: «Ребенок и здоровье», в кото-

рый в течение четырёх лет записываются антропометрические данные, обводятся кисти руки, стопы детей. Помещаются фотографии, где ребенок занимается спортом, выполняет какие-либо упражнения, спит, закаливается и т. д., рисунки: «Что он любит больше всего?», «Ребенок на прогулке», «Город и ребенок», «Его настроение». Записываются родителями впечатления об интересных походах, экскурсиях, играх, мысли детей о здоровье.

Родители часто выполняли задание вместе с детьми. Привлекая своих детей, родители тем самым развивают у них познавательную активность, показывают свою заинтересованность. Дети очень любят, когда мама, пapa помогают ему подготовить что-то по поручению воспитателя. Все работы в альбоме выполнены с любовью, много разных фотографий: ребёнок спит, кушает, занимается гимнастикой. После выходных дней дети с удовольствием приносят альбомы в группу, рассматривают, вспоминают, как они играли, ходили в лес. Альбом «Ребенок и здоровье» – это частица жизни ребёнка и семьи.

В достижении цели своего опыта используем различные формы работы с родителями: раннее изучение семьи, наглядная информация, кружковая работа, анкетирование, родительские собрания, практикумы, тренинги, дискуссии, деловые игры, беседы, совместные проекты, мероприятия, походы, экскурсии, выставки, обобщение семейного опыта и др.