

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОУ

Гунбатова Валентина Егоровна

воспитатель

Трапезникова Наталья Михайловна

воспитатель

АНО ДО «Планета детства «Лада», д/с № 124 «Мотылёк»

г. Тольятти, Самарская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДЕТСКОМ САДУ, СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы использования здоровьесберегающих технологий в детском саду, выделяются виды организации здоровьесберегающей работы, приводится знакомство с годовым планом работы с семьей по привитию навыков и умений ЗОЖ.

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Главными задачами дошкольного учреждения являются:

- воспитание здорового ребенка;
- подготовка его к обучению в школе.

Основа физического здоровья закладывается в раннем детстве. Личность – это всегда индивидуальность. Воспитывать личность означает формировать самостоятельного, не похожего на других людей, человека. Перед дошкольным учреждением стоит задача создать положительное настроение у детей, организовать рациональный двигательный режим, предупреждая утомление, чередуя разнообразные двигательные действия и отдых.

Здоровьесберегающие технологии – это совокупность всех используемых в образовательном процессе принципов, приемов и методов педагогической работы, которые наделяют их признаком здоровье сбережения (они дополняют традиционные технологии воспитания и обучения), а также способствуют воспитанию у детей культуры здоровья и стремлению к здоровому образу жизни.

Цель этих технологий: обеспечить сохранение здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни.

Существует 2 вида организации здоровьесберегающей работы:

- сохранение здоровья;
- обучение здоровому образу жизни.

Что такое ЗОЖ? Это жить без вредных привычек.

Технологии по привитию навыков ЗОЖ используем на занятиях:

- «Здоровье» – познавательный цикл;
- физкультурных;
- музыкальных;
- в сюжетно-ролевых играх;
- в играх с правилами;
- в чтении художественной литературы;
- в беседах (речевые ситуации).

Без сомнения, что двигательная деятельность в спортивном зале или же на свежем воздухе являются одним из факторов приобщения детей к здоровому образу жизни. Ведь движение – это не только путь к здоровью и красоте, но и к развитию интеллекта.

Свою работу с семьей по привитию навыков и умений ЗОЖ в своей группе мы планируем в начале учебного года. Хочется поделиться накопленным опытом. В годовой план по этому вопросу включаем такие разделы:

- просветительная работа, которая пропагандирует общегигиенические правила необходимость оптимального двигательного режима, значение художественной литературы и другие темы;
- обучение родителей конкретным методам и приемам ЗОЖ;
- знакомим родителей с содержанием работы детского сада и конкретно нашей группы, которая направлена на физическое психическое и социальное развитие;

- привлекаем родителей к участию в мероприятиях по формированию навыков ЗОЖ детского сада и группы;
- знакомим родителей с результатами диагностики по этому вопросу. Этую работу проводим индивидуально;
- проводим семинары–практикумы с привлечением психолога инструктора по физической культуре медсестер;
- родительские собрания;
- спортивные праздники: семейные старты папа мама я–спортивная семья веселые эстафеты;
- малые Олимпийские игры;
- дни открытых дверей;
- ежеквартально в группе проводим день именинника, куда приглашаем родителей;
- проводим презентации семейного опыта на такие темы как: «утренняя гимнастика – залог здоровья», «мы на отдыхе», «роль спорта в нашей семье», «мы за здоровый образ жизни»;
- консультации на интересующие вопросы;

Для решения поставленных задач очень широко используем разнообразные формы работы с семьей.

- ежемесячно оформляем мини – проекты (совместно с родителями) на темы по формированию навыков и умений ЗОЖ. Эта форма родителям и детям очень нравится. Дети с удовольствием представляют свои проекты: «Во что играли наши мамы и бабушки», «Как стать богатырем»;
- работает передвижная библиотека: «Правила личной гигиены», «Роль родителей в воспитании навыков и умений ЗОЖ», «Выработка правильной осанки» и другие темы;
- целую неделю посвящаем таким темам: «В здоровом теле – здоровый дух», «Любим туризм»;
- тематические выставки «Движение – это жизнь», «Здоровье – это серьезно»;

- фотопортажи «Минуты славы», «Побудка в группе после дневного сна», «На зарядку становись», «Мы на прогулке», «Физкультура на свежем воздухе». Популярностью в нашей группе стало анкетирование родителей «Физкультура в нашей семье», «Семейный отдых», «Мы на даче»;
- аудиожурналы «Как мы сидим и стоим», «По порядку на зарядку».
- в нашей группе есть интерактивная рамка. Родителям нравится смотреть, чем живет наша группа;
- педагогические копилки «Наша дружная спортивная семья», «Мы играем в подвижные и народные игры», «Мы на даче»;
- игротека «Папа мама и я – спортивная семья», «Гимнастика и здоровье»;
- дни здоровья проводим 1 раз в квартал. Родители с удовольствием принимают активное участие.

Каждый год в апреле в детском саду проводится «Вазовская версточка», посвященная выпуску первого автомобиля. Небольшая разминка эстафеты с детьми и родителями, после чего массовый забег вокруг детского сада. После всего этого чайная пауза на свежем воздухе. Дети получают удовольствие и заряд бодрости и энергии.

Такие формы работы в нашей группе сближают родителей и сотрудников группы. Поначалу уровень знаний по формированию у детей ЗОЖ был у некоторых родителей невысок, а интерес возникал. Предстояла нам кропотливая работа, с которой справились.

В законе РФ «Об образовании» ст. 18 п. 1 сказано о том, что родители являются первыми педагогами. Они должны заложить основы физического, нравственного, интеллектуального развития личности. Детский сад и семья должны стремиться к созданию единого пространства развития ребенка. Папам и мамам необходимо понимать, что детский сад только помощник в воспитании ребенка и поэтому они не должны всю ответственность перекладывать на педагогов, устранившись от воспитательно – образовательного процесса. Приобщать детей к здоровому образу жизни – это значит формировать разумное отношение к своему организму, владеть необходимыми санитарно–гигиеническими навыками.

Родители должны поддерживать в домашних условиях принципы формирования навыков здорового образа жизни в оптимальном сочетании со всеми здоровьесберегающими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении. Ни одна физкультурно–оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если нет поддержки со стороны родителей. И если мы хотим вырастить здоровое поколение, то должны решать эту задачу «всем миром» – семья, детский сад, школа, общественность.

Список литературы

1. Н.Ю.Савельева, «Организация оздоровительной работы в дошкольно–образовательных учреждениях».
2. М.М.Безруких, «Здоровье формирующее физическое развитие».
3. Т.Л.Богина, «Воспитание здорового ребенка в дошкольно–образовательных учреждениях» / «Дошкольное образование».
4. Н.Н.Назаренко, «Облако»: программа оздоровления детей дошкольного возраста.