

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Павлова Тамара Николаевна

воспитатель

МБДОУ «Детский сад №2 с. Янтиково»

с. Янтиково, Чувашская Республика

СОТРУДНИЧЕСТВО ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ В ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА

Аннотация: в статье затрагивается проблема воспитания физически здоровых детей. Описывается педагогический опыт автора по организации работы с родителями, обсуждения вопросов воспитания здорового ребенка. Автором проведено социологическое исследование, целью которого было выявление заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни ребенка, по результатам которого скоординирована совместная работа воспитателя и родителей по достижению общей цели – воспитания здорового поколения детей.

Ключевые слова: здоровье детей, здоровые дети, педагогическая деятельность, оздоровление детей, воспитание детей дошкольного возраста.

«Идеал воспитания – это сочетание ума мудреца с силой и здоровьем атлета».

Ж.Ж. Руссо

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Образованность и здоровье – фундаментальные жизненные блага, качеством которых определяется и уровень жизни отдельного человека, и состоятельность каждого государства.

Дошкольный возраст является благоприятным периодом для выработки правильных привычек и формирования здорового образа жизни, которые в сочетании с обучением дошкольников приемам совершенствования и сохранения

здоровья приведут к положительным результатам. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития России. И хотя деятельность ДООУ в этом направлении регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов, качество детского здоровья и вместе с тем показатели заболеваемости продолжают ухудшаться как в целом, так и по основным классам болезней.

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения – одна из главных задач развития страны. Если есть здоровье – человек радуется, спокойно живёт, увлеченно работает, учится. Первые шаги к здоровью, стремление и понимания самооценности здорового образа жизни, к познанию самого себя формируются именно в дошкольном детстве.

Чаще всего мы судим о здоровье, как об отсутствии на данный момент заболеваний. А ведь критериями здоровья является и предрасположенность к болезням, и уровень физического и психического развития, и состояние сопротивляемости организма к болезням и многое другое.

В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит совершенствование жизненных функций организма, формируются движения, осанка, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Приобретаются привычки, черты характера.

Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье. Семья и детский сад – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поэтому вопросы воспитания здорового ребенка должны решаться в тесном контакте с семьей. Главное в работе с родителями – формировать их активную позицию. Однако родители не всегда обладают достаточными знаниями для соответствующих занятий с детьми. Одной из причин медленного улучшения результатов физического развития ребенка является недостаточная физическая культура семьи.

Нарушается режим в праздничные и выходные дни: большинство детей не имеют дневного сна. Сокращается и ночной сон в связи с просмотром телепередач, что создает предпосылки к перенапряжению нервной системы, а хроническое недосыпание отрицательно влияет на физическое и нервно-психическое развитие. В некоторых семьях потребность детей в движении удовлетворяется далеко не полностью: папы и мамы предпочитают активным формам досуга сидение перед телевизором или компьютером, поэтому и детям мало покупают «игрушек-двигателей». Встречается и другая крайность: некоторые родители разрешают детям много и бесконтрольно находиться на улице. Таким образом, трудности семей в воспитании здорового ребенка обусловлены следующими причинами: недостаточно качественным владением родителями двигательных умений; неумением учитывать индивидуальные особенности детей.

С родителями своей группы я провела анкетирование по вопросам воспитания здорового ребенка: «Занимаетесь ли вы с ребенком утренней гимнастикой? Посещаете ли вы с ребенком бассейн? Есть ли дома какое-либо спортивное оборудование? С удовольствием ли ребенок посещает физкультурные занятия? Чем можно разнообразить физическое воспитание детей? Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма вас интересуют?» Такое анкетирование помогает больше узнать о ребенке, его физическом воспитании в семье, а также наметить формы работы с родителями. К сожалению, уровень знаний некоторых родителей в области воспитания здорового ребенка невысок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда их детям уже требуется помощь медиков.

Совместную работу с семьей по воспитанию здорового ребенка строю на следующих основных положениях: единство (оно достигается в том случае, если цели воспитания здорового ребенка понятны и воспитателю, и родителям, если семья знакома с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагог использует лучший опыт семейного воспитания); системность и последовательность работы; индивидуальный подход к каждому ребенку и к

каждой семье; взаимное доверие и взаимопомощь педагога и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики; укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.

Работу с родителями строю дифференцированно, т.к. выделяю несколько групп семей. Так, для родителей часто болеющих детей провожу беседы на темы: «Осуществление закаливания для часто болеющего ребенка», «Оздоровление часто болеющего ребенка». Для родителей детей, имеющих отклонения в осанке, раздаю комплексы с описанием упражнений. Знакомлю родителей, как с учетом роста детей подобрана мебель, какой инвентарь находится в спортивном уголке группы.

Стараюсь предоставить возможность всем родителям наблюдать своего ребенка на открытых занятиях, праздниках. Такое сотрудничество улучшает взаимодействие с родителями. Большое место отвожу оформлению стенда «Наши друзья – физкультура и спорт», выпуску газет, папок-передвижек.

О днях здоровья, спортивных праздниках оповещаю родителей заранее. Ежегодно провожу соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья», эстафеты для юных участников семейных команд, отдельные конкурсы для мам, пап. В перерывах проводим выступления детей, конкурсы для болельщиков. Все семейные команды получают грамоты и маленькие призы. В завершении все участники приглашаются на чаепитие с пирогами. Участвуя в таких мероприятиях, родители имеют возможность наблюдать своего ребенка в коллективе, сравнивать его физическую подготовку с другими сверстниками. Важный результат праздника – это радость от участия. Родители видят, какую пользу приносят ребенку веселые состязания, игры, как он тренируется, как учится преодолевать трудности.

В заключении хочу напомнить, что роль детского сада в формировании физической культуры семьи является главной, поскольку детское дошкольное учреждение – первое звено системы воспитания, с которым вступают в контакт родители. Родители вправе ожидать от педагога всесторонней помощи. Значит, надо приложить все усилия, чтобы пропаганда здорового образа жизни была убедительна, содержательна и интересна.

Список литературы

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М.: Линка-Пресс, 1993.
2. Кузнецова В.М. В поиске ради здоровья. – Мурманск: МОИРРОПКПК, 1996. – 81 с.
3. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: практическое пособие / авт.-сост. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. – 127 с.
4. Оздоровление детей в условиях детского сада / под ред. Л.В. Кочетковой. – М.: Творческий Центр «Сфера», 2005. – 112 с.