

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Ковдорского района детский сад № 29 «Сказка»

**«Опыт взаимодействия дошкольной образовательной организации и
семьи по формированию навыков здорового образа жизни у
воспитанников»**

**«Педагогические чтения по вопросам семейного воспитания
и родительского просвещения, посвященного 100 – летию со дня
рождения В.А. Сухомлинского».**

Воспитатель: Огорчалова Н.Н.
Первая квалификационная категория

г. Ковдор, 2018 г.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы»/В.А. Сухомлинский/.

В последние годы, проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения стала значимой. Статистика показывает, что новое поколение детей рождается с ослабленным здоровьем, и эта тенденция только растёт. Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы. Поэтому дошкольное образовательное учреждение должно оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психического здоровья ребёнка, а также мотивировать к занятию спортом.

Как же воспитать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья. В.А. Сухомлинский сказал: «Воспитание детей надо начинать именно с родителей». А Януш Корчак поделился своими наблюдениями: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье... Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объяснить им, и они будут беречься».

Анализ образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Вераксы Н.Е., Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, показал, что вопросы по формированию культуры здорового образа жизни у дошкольников предусмотрены, но:

- недостаточно раскрыты пути включения ребенка в процесс воспитания привычек ЗОЖ;
- не раскрыты в полной мере средства использования потенциала взаимодействия ДОУ и семьи по формированию ЗОЖ у детей;
- не разработаны методики для определения уровня сформированности привычек ЗОЖ.
работы.

Наблюдения за взаимоотношениями родителей с детьми, беседы, показали: пассивность родителей, дефицит общения членов семьи с ребенком, современный режим работы, некомпетентность родителей, а отсюда несогласованность в вопросах воспитания и обучения с воспитателем.

Изучив запросы родителей и, выявив уровень компетентности родителей в вопросах о ЗОЖ для детей, начала углубленно работать по методической теме: **«Взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи в формировании навыков здорового образа жизни у воспитанников».**

Определила

цель: обеспечить преемственность и согласованность в оздоровлении, физическом развитии и приобщении детей к здоровому образу жизни в семье и ДОО.

Задачи:

1. Формировать навыки здорового и безопасного образа жизни у воспитанников.
2. Создать условия для реализации потребности детей в двигательной активности в группе и дома.
3. Повысить уровень педагогической культуры родителей в вопросах приобщения детей к ЗОЖ.
4. Включать родителей в воспитательно-образовательный процесс.
5. Содействовать формированию гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями.
6. Изучить, обобщить и распространить положительный опыт семейного воспитания.

В нашем детском саду ведется большая работа по формированию культуры к здоровому образу жизни у детей и важно, чтобы эта работа нашла своё продолжение и в семье. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования подчеркивается важность одного из принципов дошкольного образования – сотрудничество с семьёй, которое должно быть основано на личностно-ориентированном взаимодействии.

Моя работа с родителями воспитанников началась с создания, в соответствии с требованиями ФГОС, развивающей предметно – пространственной среды: трансформируема, безопасна, доступна и насыщена спортивным и оздоровительным оборудованием, такими как: гимнастическая стенка, лечебно- профилактические , тактильные дорожки, массажные мячи, обручи, гантели, кегли, груша и боксерские перчатки, мячи разного размера, скакалки, сделанные родителями такие пособия, как косички, ленты с кольцами, султанчики, кольцебросы. В книжном уголке подобрана тематическая художественная, познавательная литература, дидактические игры и пособия.

С целью повышения компетентности родителей в вопросах по приобщению детей к ЗОЖ разработала перспективный план работы с родителями, где были предусмотрены разные формы работы: наглядно - информационные, познавательные, досуговые.

Наглядно-информационные формы позволили правильно оценить свою деятельность, пересмотреть методы и приемы семейного воспитания.

К ним относятся:

- дни открытых дверей по темам: «Содействие в приобщении детей к культурным и духовным ценностям», «Пропаганда зож » -было ознакомление родителей с дошкольным учреждением, особенностями его работы, направлениями. Создание информационного пространства «Азбука здоровья» (буклеты, памятки для родителей);
- совместные выставки детских рисунков и фотографий на тему «Моя семья на отдыхе», «Поделки из природного материала», изготовленные руками взрослых и детей;
- оформления коллажей совместно с родителями при помощи современных технологий;
- презентация семьи в форме семейной фотогазеты: «Мы за здоровый образ жизни», «Папа, мама, я – спортивная семья». «Знакомство с современными системам семейного воспитания».

Следует отметить что работу по приобщению детей к ЗОЖ провожу в тесном взаимодействии с специалистами ДООУ. Например, на семинаре – практикуме: «Сам себе я помогу и здоровье сберегу», где родители познакомились с программой «Здравствуй!» /М.Л.Лазарева /, с инструктором по физической культуре провели практическое занятие «Папа, мама, вставай и вместе со мной поиграй».

В рамках совместных физкультурных занятий родители не только приобретают разные знания, но и овладевают практическими умениями в области физического воспитания детей. Занимаясь вместе с детьми, родители имели возможность увидеть физическую подготовленность своего ребёнка, навыки выполнения им физических движений. Для ребенка было очень важно то, что родители могли похвалить его, обнять, прижать к себе, порадоваться за хороший результат и поддержать, если что не получилось. После совместных таких занятий стало заметно, что интерес к двигательной активности появился и у малоподвижных детей, застенчивые дети проявляли себя в обыгрывании ролей и ведущего.

На родительских собраниях, таких как: «О здоровье всерьез», «Наши проблемы и перспективы по приобщению детей к здоровому и безопасному образу жизни» и т.д. ежегодно инструктор по физической культуре и инструктор по плаванию с помощью мультимедии раскрывали родителям значение для здоровья детей систематическое посещение занятий физической культуры и занятий в бассейне. Стало традицией проводить в конце учебного года итоговые соревнования с приглашением родителей. Совместная работа в данном направлении дает свои результаты, дети перестают пропускать занятия, а родители гордятся успехами своих детей. И уже в детском саду дети начинают посещать спортивные секции города.

Параллельно использовала такие формы работы, как: «Родительские практикумы по закаливанию», «Семинары-практикумы по закаливанию», «Организация режима дня и сбалансированного питания детей в семье», «Пропаганда здорового образа жизни в семье», «Организация встреч с представителями детского здравоохранения и спорта, с родителями», «Практикумы по физической культуре и организации режима двигательной активности», клуб выходного дня «Отдыхаем вместе».

Из практики работы с детьми и родителями наиболее эффективным по формированию основ здорового образа жизни является метод проектной деятельности. В основу метода проектов заложена идея о направленности познавательной деятельности дошкольников на результат, который достигается в процессе совместной работы педагога, детей, родителей над определенной практической проблемой.

Так, например, в рамках реализации проектов ДООУ: «Путешествие в Олимпию», «Научи меня красиво говорить», реализации программы «Приобщение детей дошкольного возраста к здоровому и безопасному образу жизни» была создана рукописная книга: «Будущие олимпийцы!», совместно с детьми родителями был разработан проект **«Движение + движение = формула здоровья»**.

С целью создания у детей интереса к различным видам спорта, к ЗОЖ, был создан интерактивный мини-музей «Академия здоровья». Родители были активными участниками: сделали подборки экспонатов – куклы народов мира, истории спорта народов мира, альбомы с фотографиями детей группы, на которых запечатлены моменты физкультурных занятий, санитарно-гигиенических и закалывающих процедур, прогулок, игр, сна, альбомы с видами спорта, раскраски, книги о спорте, плакаты. Пополнили уголок настольными играми: «Виды спорта», «Баскетбол», «Футбол», и др., изготовили игры: «Вредные и полезные продукты», «Режим дня», «Когда это бывает?», вместе с детьми сделали поделки из пластилина: «Различные виды спорта».

Дети с удовольствием посещали мини-музей, имели возможность потрогать экспонаты музея и поиграть с ними. Впоследствии, музей пользовался большой популярностью в детском саду. К нам приходили гости: дети других групп, родители. Экскурсоводами музея являлись уже сами дети, они рассказывали посетителям мини-музея о здоровье, о спорте. В ДООУ наш мини- музей занял I место в конкурсе «Лучший мини- музей по приобщению детей к ЗОЖ».

С 2018г. с инструктором по плаванию реализуем долгосрочный проект «Быть здоровым – это здорово!», где большое внимание уделяется режиму дня, утренней зарядке, упражнениям для профилактики плоскостопия,

упражнениям для развития дыхания, освоению элементов плавания и обучению отдельных способов плавания. Эта работа ведет к тому, что дети начинают посещать секцию плавания и совместно с родителями городской бассейн.

В рамках районного семинара-практикума: «Здоровый, умный, успешный», активно родители принимали участие в подготовке к интегрированному занятию «Путешествие в страну Здоровячков», воспитанники показали хорошие знания о режимных моментах, полезных и вредных продуктах, о видах спорта, также показали практические умения в продуктивной деятельности, для гостей сделали овощные и фруктовые канапе;

участвовали в квест - путешествии: «Нормы ГТО сдадим, все болезни победим», дети и родители проявили такие качества, как ориентировку в пространстве, ловкость, умение разгадывать ребусы, находить ключевые слова, составлять пазлы, быстро реагировать на ситуацию.

Одна из традиций нашей группы: «Гость группы» приглашение родителей на встречу с детьми, где темами родительских рассказов были: «Витамины на грядке», когда мама Даниила Л. рассказала о том, где живут витамины, познакомила детей с рецептами некоторых полезных салатов, поиграла в игры «Пирамида здоровья», «Угадай на вкус», «Разрезные картинки». Дети делились впечатлениями с родителями и сверстниками.

На развлечение по теме «Поговорим о спорте» папа ребенка (в прошлом спортсмен), рассказал о видах спорта, познакомил с формой лыжника, принёс значки, вымпелы, грамоты, дипломы, вместе с детьми поиграл в подвижные игры. Дети остались под большим впечатлением от этой встречи.

Конечно же, ничто так не сближает родителей, детей и воспитателей, как совместно проведенные праздники. Поэтому мы разрабатываем и проводим различные мероприятия, посвященные формированию здорового образа жизни дошкольников. Например, организуем различные спортивные досуги: «В здоровом теле – здоровый дух», «Спорт – это наше здоровье, красота, смех», «День бегуна», «Малые олимпийские игры», «Папа, мама и я - дружная семья»; соревнования:

«Семейный биатлон» с армагаками, посвященные «Дню Защитника Отечества» и «Дню памяти воинов-интернационалистов».

В старшей и подготовительной группе дети занимаются с тренером спортивной горнолыжной школы. (ОФП)

Вот уже на протяжении ряда лет наш коллектив ДОУ, дети и родители -

активные участники городских и районных спортивных мероприятий:

- «Игровой калейдоскоп», посвященный дню здоровья и спорта Мурманской области в муниципальном образовании Ковдорский район, III место, грамота;

- городские соревнования, посвященные декаде SOS: «Мы ребята с малых лет привычкам вредным скажем - нет», декабрь 2015г, где сборная команда ДОО заняла I место, получила призовой кубок;

- городские соревнования «Лыжня зовет!», наша сборная команда сада в 2014 году заняла I место и получила призовой кубок;

- городской праздник: «Здравствуй солнце!», январь 2016 г, где получили призовые места, награждены медалями.

Мои воспитанники посещают городские спортивные секции по кикбоксингу, по УШУ-САНЬДА, где есть результаты: призовые места районного и областного уровня.

С 2016 года я продолжила работу, в данном направлении с родителями детей младшей группы. И здесь родители активные участники в жизни группы и детского сада. В качестве примера приведу: в феврале этого же года наша группа приняла участие в оздоровительно - спортивном досуге, посвященного Дню саамской культуры.

Вместе с инструктором по физической культуре организовали и провели физкультурный досуг «Вместе с папой и мамой мы играем в детский сад», где через мастер-класс провели показ упражнений для профилактики плоскостопия и упражнений для формирования правильной осанки, а также отработку техники владения мячом, познакомили с саамскими играми. Все родители участвовали, а дети были очень довольны.

С инструктором по плаванию провели развлечение, посвященное 23 февраля «Буду, как папа, в армии служить!», а также развлечение, посвященное, 8 марта «Наши мамы ловкие, сильные, красивые!», где наши папы и мамы приняли активное участие.

С целью развития двигательной, функциональной и познавательной активности дошкольников в укреплении их здоровья, с навыками ЗОЖ, умеющего преодолевать трудности человека, любящего свой родной край, свою малую родину, воспитанники посещают кружок «Юный турист» спортивно-оздоровительного направления, где они обучаются катанию на роликах, лыжах, познают туристические азы. В рамках кружковой деятельности «Стрелочка», воспитанники продолжают обучаться плаванию.

На протяжении 3-х лет с инструктором по физической культуре организовали клуб выходного дня «Отдыхаем вместе!» - это совместные походы с детьми и родителями на озеро, в лес, в разное время года,

увлекательные путешествия на собаках-хасках, совместные посещения городского катка, кинотеатра.

В этом году планирую привлечь родителей к зимним видам спорта, лыжам, к совместным походам с детьми на лыжах в лес, на наш спортивный лыжный комплекс ВАРС, к проведению спортивного праздника «Семейные старты».

Таким образом, разнообразие форм сотрудничества с семьей по проблеме здорового образа жизни позволяет привить детям чувство ответственности за своё здоровье, желание поддерживать спортивную форму и стремиться к достижению новых знаний и умений.

Литература.

1. Андреева, Н.А. Взаимодействие ДОУ и семьи в формировании основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста Текст. : автореф. дис.канд. пед. наук / Н.А. Андреева; Шадрин, гос. пед. ин-т. Екатеринбург, 2005. - 23с.
2. Доскин В. А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / Доскин В. А., Л. Г. Голубева Л. Г. — М.: Просвещение, 2002.
3. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. – М Мозаика – Синтез, 2005 г.
3. Доронова Т.Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого- педагогической культуры родителей// Дошкольное воспитание. 2004. № 1.
4. Давыдова О.И., Богославец Л.Г., Майер А.А. Работа с родителями в детском саду: Этнопедагогический подход. – М.;ТЦ Сфера, 2005 г.
5. Зверева О.О., Кроткова Т.В. Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект. – М ТЦ Сфера, 2005 г.
6. Касьянова Л.Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. Автореферат, дис. канд. пед. наук // Л.Г. Касьянова. – Екатеринбург, 2004.