

Совместная деятельность детского сада и семьи по воспитанию у детей потребности в здоровом образе жизни

Одной из главных задач детского сада является усиление связи между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми и процессом воспитания ребенка в семье.

Разумные поручения, задания и т. п., которые дошкольники должны выполнять дома (но не повторять, не копировать, что делалось в группе), направлены на повышение самостоятельности, творческой активности детей и активизацию взрослых членов семьи.

Неповторимая эмоциональная атмосфера семейных отношений, постоянство и длительность общения детей и взрослых в самых разных жизненных ситуациях, все это оказывает сильнейшее воздействие на впечатлительного, склонного к подражанию дошкольника.

Очень важными для формирования личности ребенка являются общественные убеждения взрослых членов семьи, отношения дружбы и взаимоуважения между ними, умение родителей организовывать содержательную жизнь и деятельность детей. На этой основе создается педагогически ценное общение взрослых и детей.

Содержание работы детского сада с семьей должны быть тесно связано с содержанием воспитательно-образовательной работы с детьми.



Принципы взаимодействия с семьей

1. *Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия* — принцип без которого все попытка наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направить совместные действия на воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни. Чем чаще педагог жалуется на неудачи и неумения ребенка, тем тяжелее найти взаимопонимание и поддержку со стороны родителей. В конечном счете, педагог «расписывается» в бессилии и своей некомпетентности.
2. *Принцип «Активного слушателя»* - это умения педагогов «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.
3. *Принцип согласованности действий.* Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой, в противной ситуации ребенку невозможно усвоить правила здорового образа жизни.
4. *Принцип самовоспитания и самообучения.* Ребенок чувствует как никто другой обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают: «Говорят не кури, а сами курят». Педагоги и родители должны признать свои вредные привычки и постараться от них избавиться.
5. *Принцип ненавязчивости.* Благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнерами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.
6. *Принцип жизненного опыта.* Не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он пригодится, и вы не набьете лишних «шишек» в общении с детьми.
7. *Принцип безусловного принятия.* Вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно, принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть! Вы почувствуете, как родители проникнутся к вам не только уважением, но и признанием за то, что вы Педагог с большой буквы.

Этапы работы с семьей

№	Этапы	Задачи
1.	Подготовительный (ознакомительный)	Заинтересовать и побудить родителей включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни, узнать как можно больше о детском саде, который посещает их ребенок.
2.	Просветительский	Совершенствование содержания и образования в д/саду в соответствии с реализуемой программой: <ul style="list-style-type: none"> • подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; • распространение лучшего опыта семейного воспитания; • подбор информации по ЗОЖ и оформление наглядной агитации
3.	Совместная деятельность с семьей	формирование взаимопомощи семье в воспитании и занятиях с детьми; <ul style="list-style-type: none"> • создание семейного клуба; • подчеркивание роли отца в воспитании детей; • проведение семейных праздников, акций, «Дней открытых дверей», с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей; • обогащение совместной деятельности родителей и детей в формировании участков для двигательной активности.

Формы и виды работы с семьей

№	Формы	Виды
1.	Интерактивная	<ul style="list-style-type: none"> • анкетирование; • интервьюирование; • дискуссия; • круглые столы; • консультации специалистов.
2.	Традиционная	<ul style="list-style-type: none"> • родительские собрания «Мы за здоровый образ жизни!», «Береги здоровье смолоду!» и т.п; • спортивные праздники с привлечением родителей; • акция «Здоровый образ жизни»; • вечера развлечений типа «В гостях у доктора Айболита»; • участие в педпроекте «Здоровый дошкольник».
3.	Просветительская	<ul style="list-style-type: none"> • использование СМИ для освещения деятельности ДООУ по формированию ЗОЖ у детей; • Клуб «О здоровье всерьез!»; • выпуск бюллетеней, информационных листов; • стенд «Здоровье с детства»; • организация здоровьесберегающей и развивающей среды.
4.	Общественная	Создание творческой инициативной группы «Мы за здоровый образ жизни».

Формы работы с детьми в детском саду и семье

№	В детском саду	В семье
1.	Беседы педагога с детьми при: <ul style="list-style-type: none"> • формировании культурно-гигиенических навыков; • организации питания. 	Беседы отца и матери: <ul style="list-style-type: none"> • опасность дома и на улице; • чистота тела; • организация сна; • как надо прибирать игрушки; • я люблю комнатные растения. • профилактика осанки, близорукости, плоскостопия,
2.	Образовательная деятельность по физическому развитию <ul style="list-style-type: none"> • Физкультминутки и динамические паузы • Режим двигательной активности • игры • Праздники, развлечения 	Оздоровительные традиции в семье: <ul style="list-style-type: none"> • ходим в сауну, в бассейн; • на лыжах, в походы. • оздоровительные игры в семье; • игры для предупреждения гиподинамии; • оздоровительное чаепитие.
3.	Чтение художественной литературы, просмотр фильмов, мультфильмов, программы «Здоровье»(дома) и др. телепередач	
4.	Спортивные соревнования (ДЮСШ № 25)	Посещение поселковых и городских мероприятий: матчи, кроссы, массовые праздники, гуляния
5.	Занятия «Чувства и эмоции» с педагогом-психологом	Создание спокойной психологической обстановки и здорового эмоционального климата в семье
6.	Акция «Здоровый образ жизни» <ul style="list-style-type: none"> • подготовка д/материала. 	Непосредственное участие в акции семьи
7.	Познавательное развитие: <ul style="list-style-type: none"> • беседы о ЗОЖ и безопасности жизнедеятельности; • рассказы из личного опыта; • рассматривание иллюстраций; • валеологические игры; 	Беседы отца: <ul style="list-style-type: none"> - Я веду здоровый образ жизни. - Давай заботиться о нашей семье Беседы матери: <ul style="list-style-type: none"> - Как стать хорошей хозяйкой и заботливой мамой; - физические качества отца. Совместные беседы: «Мы очень любим друг друга», «Вместе веселей» и т.п
8.	Валеологические занятия	Посещение библиотеки, спортивных магазинов, получение информации через Интернет
9.	Информационное поле для детей: <ul style="list-style-type: none"> • выпуск брошюр, плакатов; • анкетирование; • интервьюирование. 	Информационное поле для родителей: <ul style="list-style-type: none"> • непосредственное участие в выпуске плакатов; • газет (подкрепление фотографиями из семейного архива); • анкетирование; • освещение в СМИ.

Задачи и общая стратегия по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду и дома

Детский сад	Семья
1. Создание условий для свободной двигательной активности детей, развивающей среды, способствующей физическому развитию ребенка	1. По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.
2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснять родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.	2. Желательно приобрести несколько настольно-печатных игр (учитывая возраст детей) по формированию привычки к здоровому образу жизни.
3. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек как основу становления характера ребенка.	3. Поддерживать режима дня дома в выходные дни.
4. Ежедневная организация подвижных игр. Выполнение режима двигательной активности.	4. Воспоминания о своем детстве и рассказы о том, какими видами спорта вы любили заниматься, в какие подвижные игры вы играли со сверстниками. Разучивание и организация подвижных игр, привлечение ребенка к какому-нибудь виду спорта.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +18+22°C.	
6. Соблюдение требований СанПин по организации жизнедеятельности детей в детском саду.	6. Организация пространства для ребенка: оборудовать рабочее место ребенка, правильно расположив его по отношению к окну, организация игровой зоны, отдельного спального места, зоны питания.
7. Развитие культурно-гигиенических навыков	
8. Развитие культуры поведения ребенка за столом, и культуры питания	
9. Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендациями врача в домашних условиях и в детском саду	
10. Рекомендации родителям в выборе детской литературы, являющейся педагогически ценной.	10. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.
11. Личный пример взрослых родителей и педагогов — «Мы за здоровый образ жизни»: отказ от вредных привычек; участие в спортивных соревнованиях; пешеходных прогулках; здоровое питание; соблюдение режима дня; двигательная активность и т.п.	
12. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни	12. По мере возможности расширять сферу реальных контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.

Семейные традиции

Цель данного направления: взаимодействие педагогов дошкольного учреждения с родителями, которое предполагает обмен мыслями, чувствами, переживаниями; а также повышение педагогической культуры родителей, т.е. сообщение им знаний, формирование у них педагогических умений, навыков, рефлексивного отношения к себе как педагогам.



Задачи:

- Продолжать формировать у дошкольников привычку к здоровому образу жизни;
- Укреплять и охранять здоровье детей;
- Развивать способность устанавливать простейшие связи между совершаемыми действиями и состоянием здоровья;
- Способствовать сближению родителей и детей;
- Сообщать родителям о значении стиля общения с детьми для их развития.

У каждого взрослого человека есть такие воспоминания о детстве, которые наполняют душу несравнимым ни с чем теплом. Самое лучшее нам хочется «взять с собой» во взрослую жизнь, продолжать лучшие семейные традиции. Мы предлагаем в ходе изучения социального статуса семьи, поинтересоваться и семейными традициями семей воспитанников детского сада, это поможет в проведении праздников, обозначит формы работы с семьей в течение года, в совместных мероприятиях, проводимых в детском учреждении, родители поделятся свои опытом по сохранению и продолжению семейных традиций.

№	Семейные традиции	Содержание
	Походы в кинотеатр	Сближение отношений «ребенок+родитель». Ребенок делится своими впечатлениями о просмотренном, родители объясняют то, что ребенок не понял. Активно развивать фантазирование, в процессе которого ребенок включает себя и своих близких в цепь самых невероятных событий. Грамотное использование взрослыми этих возможностей ребенка будет способствовать его нравственному и познавательному развитию. Необходимо обсуждать с ребенком его фантазии, включаться в них, предлагать повороты сюжетных линий, давать нравственные оценки поступкам героев.
	Семейный стол	Взрослые должны есть вместе с детьми, чтобы создать дружескую атмосферу, научить детей расслабляться, отдыхать. Своей культурой общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом, положительное отношение к здоровой пище вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.
	Поход, выезд на природу	Эта традиция «для ума и тела». Во время прогулок есть возможность пообщаться, поговорить с ребенком на интересующие его темы, дать очень много информации, поиграть вместе и просто отдохнуть
	Льжжные прогулки, посещение катка, бассейна	В развитии и формировании у ребенка привычки к здоровому образу жизни большое значение имеет физкультура и спорт, укрепление сил и здоровья, выработка правильной осанки, развитие выносливости, координации движений, ловкости, быстроты реакции.
	Посещение бани	Во-первых, это общение с семьей. Во-вторых, баня — первое средство, чтобы укрепить иммунитет, повысить общую сопротивляемость организма инфекциям, улучшить кровообращение и вывести из организма все шлаки.

Семейные праздники	Общение с ребенком согласно принципам Ю. Б. Гиппенрейтер: <ul style="list-style-type: none"> • Безусловное принятие • Законы «зоны ближайшего развития» • Давайте вместе • Передавать ответственность детям • Позволять вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, становится «сознательным» - Активное слушание
Совместное чтение	Ежедневное чтение художественной литературы способствует не только интеллектуальному развитию ребенка, но и воспитывает бережное отношение, любовь к членам семьи. Ребенок получает опыт о выборе литературы для чтения, учиться слушать и слышать. Голос матери, отца, близких на всю жизнь сохранится в памяти, воспоминания о совместно проведенном времени поможет в воспитании уже своих детей.
Посещение выставок, поселковых и городских мероприятий	Обогащать впечатления детей

Эта таблица может быть продолжена каждым педагогом, исходя из конкретного социального статуса семьи, традиции, которые хранят в семье и в детском саду.

Общаясь с родителями, мы делимся своими традициями, которые сохраняются и обогащаются коллективом детского сада, например: «Сладкий час», «Театральная пятница», «Встреча с интересными людьми», «Наша коллекция», «День рождения детского сада», «Встреча Нового года», «День рождения только раз в году», «В гостях у доктора Айболита» и другие.

Сохранение и продолжение семейных традиций актуально и необходимо, так как одной из главных проблем отношений между детьми и взрослыми - осуществление преемственности поколений.

Физкультурно-оздоровительный климат семьи

Создание благоприятных педагогических условий для физического воспитания детей только в рамках дошкольного учреждения не является достаточно эффективной мерой.

Ведь часть времени активного бодрствования дети проводят в семье, и на родителей ложится особая ответственность за организацию физкультурно-оздоровительной работы с ними.

Для формирования физкультурно-оздоровительного климата в семье необходимо начинать с семейных традиций, которые передаются младшему поколению в различных формах физического воспитания, а также созданию адекватной возрасту и индивидуальным особенностям ребенка предметно-развивающей среды в домашних условиях.

Для реализации этой проблемы необходимо использовать хорошо зарекомендовавшие себя формы традиционного формирования родителей о способах физкультурно-оздоровительной работы (собрания, дни открытых дверей, акции, наглядная агитация, открытые мероприятия) и нетрадиционные формы (индивидуальные беседы об организации предметно-развивающей среды в домашних условиях, организацией практикумов — с демонстрацией вариантов использования игрушек и спортивного инвентаря).

Основным компонентом предметно-развивающей среды, обеспечивающей физическое воспитание детей дома, являются физкультурно-оздоровительные комплексы «Домашний стадион», мячи, санки, велосипеды, лыжи, бадминтон, роликовые коньки.

Если в семье имеются в наличии эти основные (ключевые) предметы, необходимые для нормального физического воспитания детей в семье, то это частично поможет реализовать физическое развитие детей.



Однако, как показывает анализ полученных данных анкетирования, зачастую возможности этой предметной среды используются ограниченно.

Родителям необходимо успешнее организовать двигательную деятельность своих детей в соответствии с учетом их возраста и индивидуальных особенностей. Родители должны занимать позицию активного участника, своим примером показывать детям, что занятия физическими упражнениями необходимы для здоровья.

Со стороны сотрудников детского сада необходимо передавать родителям способы организации физического воспитания дошкольников в домашних условиях, необходимо создавать такую рабочую атмосферу, когда и взрослые и дети могут чувствовать себя естественно раскованно.

В домашних условиях родители выделяют круг основных предметов для двигательной деятельности ребенка - дошкольника.

Работу по повышению педагогической компетенции родителей проводит воспитатель.

В качестве ключевых ситуаций предпочтительнее использовать совместные подвижные игры воспитателя с детьми и их родителями.

Наиболее удобно осуществлять этот вид работы во второй половине дня, когда родители могут задержаться на некоторое время в д/саду.

Алгоритм взаимодействия воспитателя с родителями по физическому воспитанию детей раннего возраста:

- Воспитатель в присутствии детей приглашает взрослого к участию в совместной подвижной игре и демонстрирует возможные образцы деятельности с ключевыми предметами;
- Игровые действия повторяются несколько раз, сопровождаясь эмоционально окрашенными положительными высказываниями.
- В процессе совместной игры воспитатель знакомит родителей с разнообразием основных ключевых предметов и с приемами их игрового использования.
- Затем воспитатель приглашает ребенка и проигрывает с ним несколько вариантов действий с ключевыми предметами. Родитель ставится в позицию наблюдателя и еще раз получает возможность усвоить способы организации физического воспитания в семье.
- По окончании совместной игры с малышом, воспитатель предлагает родителю самостоятельно организовать эту игру с одним-двумя детьми.

Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей младшего дошкольного возраста (от 3 до 5 лет):

- Период формирования двигательных умений и навыков детей на основе подражания действиям взрослых или сверстников. Особенности двигательного поведения детей этого возраста является совершенствование навыков ходьбы, бега и лазания, а также освоение таких форм движения, как езда на трехколесном велосипеде, снегокате, катание на лыжах, выполнение движений с предметами и упражнений на тренажере.
- Формировать овладение различными формами прыжков, метания (бросания и ловля).
- Учить освоению упражнений с сохранением равновесия (ходьба по ограниченной поверхности: скамейке, бревну, снежному буму, бордюроному камню и т.д.).
- Основным мотивом для выполнения детьми физических упражнений остается совместная подвижная игра с взрослым и другими детьми и желание закрепить новые умения и навыки.

Развивающая среда дома:

- Предоставить в свободный доступ велосипед, санки, качели, подвесную сетку — мешок для метания мячей, простейшие тренажеры (мини-велотренажер, мини-степпер - «ступеньки»), мяч — прыгунок (хоп, гимнастик) и лыжи.
- Необходимо оборудовать место для самостоятельной двигательной активности: активности детей, освободив участок комнаты и застелив его ковровым покрытием. Без тренажера и сетки для метания можно обойтись, но есть одна игрушка, без которой жизнь ребенка младшего дошкольного возраста была бы тусклой и бедной. И эта игрушка — мяч.

Мяч является ключевым предметом, способствующим развитию у детей координации движений, ловкости, быстроты реакции, тренировки их в меткости, умении действовать по сигналу и согласовании своих действий с действиями других участников игры. Родителям необходимо объяснять уникальность и универсальность мяча, которая определяется теми свойствами, которыми

он обладает: катиться, подскакивать, подлетать вверх, отлетать от преграды в результате приложения к нему физического усилия.

Педагогам детского сада необходимо помочь родителям освоить простые ежедневные забавы с мячом, способные приносить пользу и доставлять истинную радость ребенку.

· Ключевая позиция взаимодействия воспитателя с родителями строится на основе определенного алгоритма (с использованием мяча).

- необходимо организовать деятельность не индивидуально, а малыми подгруппами (3-4 взрослых и столько же детей).

- *алгоритм взаимодействия воспитателя с родителями детей 3-5 лет может быть таким:* воспитатель начинает игру с подгруппой родителей (2-3 чел.), а затем привлекает к совместной деятельности дошкольников (или наоборот, сначала начинает игру с детьми, а затем привлекает взрослых). После этого представляет участникам игры возможность продолжить действия самостоятельно. По такой схеме построены подвижные игры.

- При организации индивидуального консультирования все рекомендованные упражнения специалист должен выполнять вместе с ребенком и его родителями (для формирования двигательного образца осваиваемых движений).

Воспитатель может порекомендовать родителям во время совместных упражнений использовать музыкальное сопровождение: включать песенки их любимых мультфильмов. По окончании выполнения упражнений следует сменить характер музыкального сопровождения на спокойный и расслабляющий, чтобы ребенка было легче переключить на другой вид деятельности.

Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет):

Поддерживать интерес детей к занятиям спортом и одновременно повышенное внимание к возможным физическим перегрузкам — одно из ведущих направлений взаимодействия педагогов и родителей.

Многие родители приобретают для пятилетних детей двухколесный велосипед и роликовые коньки, ласты и маску для подводного плавания, скутер и снегокат, коньки и скейтборд. У них возникает желание видеть своих детей умными, ловкими, грациозными и подтянутыми, но организовать систематические игры и занятия с использованием этого спортивного инвентаря большинству семей не удается.

Воспитателям необходимо проводить разъяснительную работу по использованию универсальных игрушек, которые позволят взрослым организовать интересную ежедневную двигательную практику детей. К их числу относится мяч, а также другие ключевые предметы, обеспечивающие совершенствование двигательных навыков старших дошкольников — скакалка и мишень с дротиками (дартс).



Родители должны знать, что игры со скакалкой способствуют развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции.

Для девочек шести лет умение прыгать через короткую и длинную скакалку означает переход к играм «больших девочек — школьниц», а значит, возможность быть принятой в совместные игры с ними.

Алгоритм овладения умением прыгать через скакалку происходит в несколько этапов:

· Вначале прыжки выполняются медленно, движение рук и ног ребенка не синхронизированы.
· Затем, по мере необходимости тренировок, дети овладевают следующими видами прыжков: ноги скрестно-ноги врозь, на одной и двух ногах, с промежуточными подскоками, прыжки парами и другие.

· При систематических занятиях длительность непрерывных прыжков со скакалкой может достигать до 2-3 минут.

Необходимо обратить внимание родителей на *игру «Дартс»*, которая является тем спортивным атрибутом, который позволяет привлечь к играм и занятиям в семье пап и дедушек.

На начальных этапах обучения можно рекомендовать использовать безопасный дартс (с шариками на «липучках» или магнитными дротиками), а затем перейти к играм с настоящими дротиками и стрелами. Родители должны знать, что основное назначение игры в дартс — развитие

глазомера и меткости ребенка, мелкой моторики кистей и пальцев рук, улучшение координации движений, тренировка выдержки, внимания и быстроты реакции.

Алгоритм овладения умения бросать дротики в цель:

- Ставить задачи перед ребенком — просто попасть в мишень. Важно научить детей выполнять бросок от плеча и следить за дротиком глазами по направлению к цели. Когда дети повторяют бросок много раз, ребенок привыкает к правильному движению руки и туловища. Важно, чтобы в момент броска туловище резко подавалось вперед, но равновесие при этом не нарушать.

- Предложить ребенку совершать броски в определенный сектор мишени, зарабатывая определенное количество очков.

Ключевыми ситуациями взаимодействия воспитателя и родителей демонстрирующими варианты использования домашней предметно-развивающей среды в физическом воспитании старших дошкольников, являются совместные игры взрослых и детей с использованием мяча, скакалки и дартса.

Алгоритм взаимодействия:

- Педагог организует подвижную игру с подгруппой детей и несколькими взрослыми;
- После этого переходит к детям, которые играют самостоятельно.

