

Семинар - практикум «Взаимодействие с родителями в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста и формированию основ ЗОЖ»

Цель. Расширить теоретические знания и практические умения в вопросах сотрудничества с семьями воспитанников по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста и формированию основ ЗОЖ.

Педагоги делятся на две команды.

Творческая разминка: придумать символ и название команды в соответствии с темой семинара.

В настоящее время проблемы здоровья детей стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией его ухудшения. По данным всероссийской диспансеризации, только 32,1% детей, в том числе в возрасте 15-17 лет, признаны здоровыми. Доля абсолютно здоровых девочек уменьшилась за 10 лет с 28,6% до 6,3%.

Задание 1 «Назовите причины (факторы) ухудшения здоровья детей?» (команды по очереди называют причины)

Быть здоровым — это естественное стремление человека. Как сказал немецкий валеолог Патрик Фосс: *«Здоровье – это не подарок, который человек получает один раз и на всю жизнь, а результат сознательного поведения каждого человека и всех в обществе»*. Такого человека мы и должны воспитать, начиная с самого раннего детства.

По данным отечественных и зарубежных исследователей, здоровье человека на 50% зависит от собственного образа жизни, на 20% - от окружающей среды, на 20% - от наследственности и на 10 % - от уровня развития здравоохранения в стране. Нельзя улучшить свою наследственность и лично повлиять на уровень здравоохранения, нельзя значительно изменить экологические условия своего существования, но образ жизни, который человек выбирает, целиком зависит от него самого.

Анализ здоровья воспитанников

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка — это основа формирования личности, а физическое воспитание ребенка, и формирование навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), является одним из ведущих направлений ФГОС.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Перед дошкольным образованием остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по сохранению и укреплению здоровья детей.

Задание 2

Сейчас вы постараетесь определить, через какие направления физкультурно-оздоровительной работы укрепляют здоровье ребёнка в ДОУ

(команды записывают формы и средства укрепления здоровья детей, затем сравнивают).

Санитарно-гигиенические правила и нормы

- режим дня
- питание
- проветривание
- закаливание
- прогулки

Физическое воспитание

- утренняя гимнастика
- занятие физической культурой
- динамические паузы
- дыхательная гимнастика
- побудки

Задание 3: «Загадки»

- Если вы не соблюдаете его, то пропадает аппетит, ухудшается сон, уменьшается работоспособность, это также необходимое условие экономии времени. *(Ответ: режим)*
- Чтобы стать по-настоящему выдающимся специалистом в своей профессии, нужны одаренность, трудолюбие, настойчивость, вера в себя и... *(Ответ: хорошее здоровье)*
- В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. В древнем Китае одной из страшнейших пыток было лишение человека этого состояния. *(Ответ: сон.)*
- Тому, кто начинает каждое утро с этого действия, понадобится в два раза меньше времени, чтобы собраться и настроиться на рабочий лад. *(Ответ: зарядка.)*

Задание 4 «Педагогическая зарядка» (команды придумывают движения в соответствии с текстом)

- ох уж эти детки (.....);
- голова кругом (...);
- что с ними делать (...);
- но мы гордимся ими (...);
- сбросим груз проблем (...);
- родители тянут нас в одну сторону, дети в другую (...);
- но мы дружно скажем: все проблемы от нас, а деньги к нам! (..);
- наша работа бесконечна (...);
- но мы любим свою работу (...);
- но мы, воспитатели детского сада (...), знаем, что вместе мы сила (...).

«Семья для ребенка – это источник общественного опыта. Здесь он находит примеры для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое

поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: детский сад, семья, общественность». В.А. Сухомлинский

«Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте».

Для выявления компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей было проведено анкетирование родителей **«Взаимодействие ДОО и семьи в воспитании здорового ребенка».** (приложение)

Роль семьи в воспитании детей дошкольного возраста трудно переоценить. Именно в семье дети приобретают первый опыт социальной жизни, получают уроки нравственности, расширяется их кругозор, формируется характер, закладываются исходные жизненные позиции. Несомненно, большинство родителей стараются привить ребенку элементарные навыки гигиенической культуры, следят за сохранением его физического здоровья. Однако для осуществления преемственности и формирования привычки к здоровому образу жизни у дошкольников необходима целенаправленная, систематическая совместная работа педагогов и родителей. Семья и дошкольное учреждение - два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка необходимо их взаимодействие. Взаимодействие ДОО с семьей - это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития гармоничного и здорового ребенка.

Задание № 4: направления работы ДОО с семьями воспитанников (командам раздаются карточки с направлениями работы, участники должны подобрать содержание работы для каждого направления, а затем спланировать работу с родителями опираясь на результаты анкетирования)

1. Информационно-аналитическое:

А. Сбор информации о семье

- социологический мониторинг;
- прогноз протекания адаптации;
- предоставление данных для медицинских карт;
- выявление запроса родителей по данному направлению.

Б. Выявление знаний родителей о физическом развитии дошкольников (анкетирование, опросы)

2. Познавательное:

- ознакомление родителей с организацией здоровьесберегающей среды в ДОО;
- информирование родителей об антропометрических данных детей;
- информирование о проведении профилактических прививках;

- информирование о возрастных особенностях физического развития детей;
 - размещение тематических консультации на сайте ДОУ;
 - демонстрация практических приемов с детьми;
3. Наглядно-информационное:
- консультации, буклеты, брошюры в родительском уголке данного направления;
 - фотоотчёты тематического содержания.
4. Вовлечение семьи в образовательный процесс:
- совместные праздники и развлечения;
 - сопровождение на экскурсии, в бассейн;
 - выступление родителей на встречах с интересными людьми;
 - привлечение родителей для пополнения РППС.

Сотрудничество детского сада и семьи может обеспечить эффективное формирование основ физической культуры и здоровья детей при наличии условий, способствующих включению родителей в единое воспитательно-образовательное пространство.

К таким условиям относятся:

- создание доброжелательной атмосферы в общении педагогов и родителей ДОУ;
- включение родителей в совместный процесс физического воспитания детей в условиях ДОУ в качестве активных его участников;
- повышения уровня знаний родителей в области здоровья и физической культуры благодаря транслирующей функции педагогов, специалистов и медицинских работников ДОУ;
- предоставление родителям выбора форм взаимодействия с педагогами ДОУ по вопросам формирования основ физической культуры и здоровья (консультации и беседы, совместные спортивные развлечения и праздники, наглядно-информационные методы; сайт ДОУ, стенды и д.р.

Позитивное взаимодействие основано на доверительных отношениях педагогов и родителей и формируется как естественное желание обеих сторон. Компетентный педагог способен спланировать и построить процесс общения, использовать разнообразные формы взаимодействия, методы и приемы активизации родителей, учесть их запросы и пожелания, найти взаимопонимание с каждым родителем, в том числе и с «трудным».

Задание № 5: Педагогам предлагается определить свое отношение к поведению родителей, раздать текст на карточках и разыграть ситуацию воспитатель - родитель.

1. Воспитатель, рассказывая о роли двигательной активности в физическом развитии дошкольников, советует родителям приобрести детям облегченную спортивную форму для

физкультурных занятий, а в ответ слышит возмущенный возглас: «Ну, вот еще, мой ребенок будет ходить в теплом костюме! Я лучше знаю, во что его одевать!»

2. Марина посещает логопедическую группу. Речь девочки требует регулярного выполнения индивидуальных заданий. Однако Марина их не выполняет, объясняя это тем, что мама ходит на шейпинг и не успевает с ней заниматься.
3. Мама Тани со слезами на глазах приходит к заведующей: «Это возмутительно! У ребенка опять синяк. За что только воспитатели зарплату получают?». После увещаний руководителя детского сада, несколько успокоившись, заявляет: «Примите меры, иначе я буду жаловаться в вышестоящие инстанции!»
4. Саша замкнут, на занятии пассивен, часто проявляет агрессивность по отношению к сверстникам. Социометрические обследования показали, что ребенок относится к категории отверженных, и педагог посоветовал маме обратиться по этому поводу к психологу. Мама бурно реагирует, доказывая, что у её сына много друзей, рассказывает о его любимых занятиях дома.

Выступление педагога по теме: «Современные интерактивные формы взаимодействия с родителями по сохранению и укреплению здоровья дошкольника»

Наш семинар подошел к концу и хочется, чтобы все педагоги заботились не только о здоровье воспитанников, но и о своем и так как скоро весна, нужно пополнять витаминный баланс (*педагогам вручается витаминка-аскорбинка*).

Всегда приятно родителям, детям и педагогам слышать приятные слова в свой адрес, поэтому закончить наш семинар хочется замечательным упражнением **«Послание»**. (*каждому педагогу выдается лист бумаги, где педагоги пишут свои инициалы, затем листок передается по кругу, где каждый отмечает хорошие качества человека, а в конце послание передаётся адресатам*)

Приложение

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в заполнении **анкеты «Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи в воспитании здорового ребенка»**. Ваши ответы помогут проанализировать физкультурно-оздоровительную работу нашего детского сада

Обратите, пожалуйста, внимание на оформление ответов. Они предполагают возможность текстового заполнения или выбор одного из предложенных вариантов.

«Здоровый образ жизни» - как Вы это понимаете?

- Правильное питание
- Соблюдение режима дня

- Благоприятные условия окружающей среды
- Гармоничные отношения в семье
- Занятия физической культурой
- Другое _____

Какие факторы, с Вашей точки зрения, в большей степени влияют на состояние здоровья человека?

- Экологические загрязнения
- Наследственные заболевания
- Недостаточный уровень двигательной активности
- Неправильное питание
- Вредные привычки
- Другое _____

Оцените состояние здоровья

<u>Свое</u>	<u>Ребенка</u>
• Хорошее • Плохое • Затрудняюсь ответить	• Хорошее • Плохое • Затрудняюсь ответить

Часто ли болел Ваш ребенок в течение прошлого года?

- Да Сколько раз? _____
- Нет

В чем Вы видите причины заболеваний? _____

Изменилось ли здоровье Вашего ребенка за время посещения детского сада?

- Улучшилось
- Осталось таким же
- Ухудшилось

На что, по Вашему мнению, должны обратить особое внимание семья и детский сад, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка?

- Соблюдение режима
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Достаточное пребывание на свежем воздухе
- Здоровая гигиеническая среда
- Благоприятная психологическая атмосфера
- Закаливающие мероприятия

Другое _____

Установлен ли для Вашего ребенка дома режим дня?

Да

Нет

Если «Да», укажите время основных его компонентов

	Будние дни	Выходные дни
Прием пищи		
Ночной сон		
Дневной сон		
Прогулка		

Укажите виды деятельности Вашего ребенка дома

	Будние дни (вечер)	Выходные дни
Занятия рисованием, лепкой, конструированием		
Подвижные игры		
Пешие прогулки вместе с родителями		
Прослушивание рассказов, сказок		
Просмотр детских телевизионных передач		
Занятия физическими упражнениями		
Другое		

Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления здоровья Вашего ребенка?

- Посещение врачей
- Занятия физическими упражнениями
- Закаливание
- Дыхательная гимнастика
- Массаж
- Прогулки на свежем воздухе
- Правильное питание
- Другое _____

Как часто Вы уделяете внимание укреплению здоровья своего ребенка?

- Регулярно
- От случая к случаю
- Не уделяю
- Другое _____

Есть ли причины, мешающие уделять внимание здоровью ребенка? Если есть, то какие?

- Отсутствие специальных знаний и умений
- Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости
- Причины в собственной инертности
- Другое _____

Что для Вас является основным источником получения информации о возможностях физического развития и оздоровления ребенка?

<u>В детском саду</u>	<u>Вне детского сада</u>
• Педагоги • Медицинские работники • Родители других детей • Наглядно-текстовая информация • Другое _____ _____	• Средства массовой информации • Интернет • Собственный жизненный опыт • Советы родителей, друзей, знакомых • Консультации специалистов в области медицины • Другое _____