

*Хохлова Л.А.,
Столяренко О.А.,
Бобылева Е.Е.,
Павлова Т.И.
воспитатели*

*МБДОУ ДС №62 «Золотой улей»,
Белгородская обл., г. Старый Оскол*

«РОЛЬ ПЕДАГОГА В ВОСПИТАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ КОМПЛЕКСНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЕЙ»

Проблема здоровья детей дошкольного возраста всегда находилась в центре внимания педагогов и родителей. В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Не секрет, что уже при поступлении в детский сад дети дошкольного возраста имеют очень слабое физическое развитие, поскольку испытывают «Двигательный дефицит»: дети стали вести малоподвижный образ жизни, практически не играют во дворах в подвижные и спортивные игры, много времени проводят у компьютера и телевизора.

Детский сад и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей. Но взаимодействие семьи и детского сада по формированию основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста – это длительный процесс, долгий и кропотливый труд, требующий от педагогов и родителей терпения, творчества и взаимопонимания. Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и дошкольного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но зачастую родители, занятые работой, с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой не противостоят отрицательным внешним влияниям.

В своей группе мы ведем следующую работу по физическому воспитанию:

1) Проводили совместный спортивный праздник «Мама, папа, я спортивная семья». Целью этого мероприятия является пропаганда здорового образа жизни. Родителям очень понравилось участвовать в празднике, они с удовольствием прыгали, бегали, соревновались. Дети тоже остались довольны, ведь такие праздники дарят огромную радость от взаимного общения и создают хороший эмоциональный настрой.

2) В начале года, как обычно, у нас проходило родительское собрание, на котором мы поднимали тему «Современные

здоровьесберегающие технологии в детском саду». На нем мы рассказали о целях и задачах здоровьесберегающих технологий в ДООУ, о различных режимных моментах, которые мы проводим в нашей группе. Каждое утро у нас начинается с утренней гимнастики, которая помогает детям поднять настроение и придать им сил на весь день. Если ее делать каждый день, это поможет выработать определенные привычки.

Во время занятий мы проводим с детьми физкультминутка (в течение 3–5 мин.), это еще один вид деятельности, который способствует снять у детей усталость. Чаще всего мы ее делаем музыкальной, дети делают разные виды упражнений или импровизируют что-то под музыку. Если получается так, что у детей в день 2-3 занятия, то между ними мы проводим игровые упражнения, для того чтобы дети смогли отдохнуть. Они могут включать в себя 3–4 упражнения. Заканчиваются игровые упражнения более спокойными, расслабляющими, чтобы настроиться на новое занятие.

Длительность таких упражнений до 10 мин.

На прогулке мы с детьми играем в подвижные игры, выполняем физические упражнения.

Подвижные игры – это насыщенный, эмоциональный вид деятельности, в котором есть определенные правила. Они предназначены для того, чтобы закрепить с детьми развитые упражнения и навыки во время занятий физкультурой. Подвижные игры подразделяются по содержанию на подвижные игры с правилами и спортивные игры.

Во время летнего периода мы с детьми на прогулке проводим летние забавы. Они помогают нам решить определенные задачи по воспитанию, образованию и оздоровлению детей. Благодаря этим забавам дети становятся активны, что дает им возможность получить определенные физические качества.

Также существуют игры-забавы – это в принципе обычные упражнения, которые могут сопровождаться музыкой или без нее, такие как классики, резинки.

Хочется сказать еще про один вид деятельности для укрепления и сохранения здоровья – это гимнастика после сна. Она необходима для того, чтобы дети пробудились, у них поднялось настроение. Гимнастика способствует предупреждению нарушений осанки детей. Ее длительность может быть от 7 до 15 минут. Проводится в постели и на дорожках здоровья.

Закаливание – еще один вид воспитания здоровых детей. Лучшими средствами закаливания являются естественные силы природы: воздух, солнце и вода.

Чтобы реализовать все эти виды деятельности, в группе созданы специальные условия, которые способствуют развитию у детей физических и психических качеств. Кроме того, мы используем традиционные формы

и методы оздоровительной и лечебно - профилактической работы с детьми.

3) Также мы постоянно информируем родителей с помощью наглядной агитация:

- папки-передвижки,

- буклеты «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей», «Будьте здоровы»;

- памятки «Советы родителям по предупреждению нарушения осанки у детей», «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью»;

-консультации для родителей «Организация физкультурно-оздоровительной работы для детей дошкольного возраста в условиях семьи», «Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками»; - дистанционные формы взаимодействия с родителями «Если хочешь быть здоров».

4) Еще одним видом работы с родителями является анкетирование. Анкетирование родителей выявило следующую проблему, оказалось, что родители имеют недостаточные знания о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений, закаливания, подвижных игр. Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий ("не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадёшь, посиди"), даже от здорового соперничества в подвижных играх.

Одним из путей решения этой проблемы в нашей группе является целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно-оздоровительных методик и инновационных технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.

Исходным звеном работы с детьми по здоровьесберегающим технологиям в дошкольном учреждении является комплексная оценка состояния здоровья и физического развития каждого ребенка, а также динамическое наблюдение за изменениями.

Диагностика позволяет определить технику овладения основными двигательными умениями, выработать индивидуальную нагрузку, определить необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия, учитывая недостатки в работе по физическому воспитанию.

В результате проведенной работы в группе снизилась заболеваемость, дети в достаточной мере овладели культурно-гигиеническими навыками, ребята имеют представления о своем теле, способах ухода за ним, дети понимают важность заботы о своем здоровье. Появилось качество в технике выполнения движений и выразительность в моторике. У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность, спортивная страсть, интерес, азарт. Мы стали замечать, что у них появилась выносливость в различных видах деятельности, повысилась умственная трудоспособность, усидчивость, они стали выдержаннее и

внимательнее. И ещё самое главное то, что улучшилась эмоционально-двигательная сфера ребёнка. У детей наблюдается осанка, в движениях свобода и непринуждённость, появилась естественность и разнообразие в жестикуляции и позах, взгляд прямой, открытый, заинтересованный, выражение лица радостное, светлое, осмысленное, мимика живая, выразительная, речь становится внятной и мелодичной.

Таким образом, можно сказать, что только круглогодичный, системный подход к организации физкультурно-оздоровительных, лечебно-профилактических мероприятий позволит эффективно способствовать укреплению и сохранению здоровья воспитанников, даст позитивную динамику оздоровления детского организма, позволит достичь положительных результатов: повышения уровня физической подготовленности, повышения индекса здоровья детей, положительную динамику в распределении по группам здоровья, профилактику и коррекцию отклонений физического развития воспитанников.

Литература:

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребёнка. -М.: «Линкапресс»,1993
2. Вайнер М.Э. Игровые технологии коррекции поведения дошкольников. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 96 с.
3. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 160 с. (Здоровый малыш)
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам М. ВЛАДОС 1999г.
5. Кудрявцев В.Т, Егоров Б.Б Развивающая педагогика оздоровления. – М.: « Линка-пресс»,2000
6. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. – М.:2000
7. Оверчук Т.И. «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации» - М.: Издательство ГНОМ и Д.,2002.
8. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду» - М.:Мозаика-Синтез,2002.
9. Сивцова А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии в дошкольном образовательном учреждении: выбор, внедрение и рациональное использование: Методические рекомендации. – СПб.: СПБАППО, 2008. – 56 с.