Муниципальное дошкольное образовательное

учреждение детский сад № 2

Опыт работы на тему:

«Оптимизация двигательной активности дошкольников

и семьи в вопросах здоровьесбережения »

Автор: Соколова Светлана Владимировна

Инструктор по физкультуре, первой категории

Любим,2016г.

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается в первоочередную социальную проблему.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает: за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23% до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания.

В последние годы одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является «взаимодействие с семьёй для обеспечения полноценного развития ребёнка» (закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации » и ФГОС дошкольного образования).

В статье 44 закона РФ « Об образовании в Российской Федерации» говорится: «Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют преимущественное право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами. Они обязаны заложить первые основы физического, нравственного и интеллектуального  развития личности ребёнка в раннем возрасте».

ФГОС ДО также определяет нам одно из условий необходимых для создания социальной ситуации развития детей: взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно  с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив.

Дошкольная организация и семья - две основные социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребёнка. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития детей необходима их согласованная работа. Признание приоритета семейного воспитания требует новых форм и отношений семьи и дошкольного учреждения — сотрудничества и взаимодействия.

В толковом словаре «русского языка» под ред. С.И. Ожегова дано определение понятию «сотрудничать»: работать, действовать вместе, принимать участие в общем деле.

Сотрудничество - это общение «на равных», активная помощь друг другу, диалог, развивающий участников. Овладевать искусством вести диалог, искать позитивные способы и новые формы общения необходимо и родителям и педагогам.

Поэтому, задача детского сада и моя, в лице инструктора по физкультуре - помочь каждой семье вырастить и воспитать здорового человека во всех аспектах данного понятия.

Наше  ДОУ реализует ООП ДО (основную образовательную программу дошкольного образования), которая разработана на основе образовательных  программ: «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и «Развитие» Венгера.

Поэтому наша задача, как педагогов, состоит в том, чтобы убедить родителей в важности физического развития и приобщения ребёнка к ЗОЖ, осуществлять систематическое, разностороннее педагогическое просвещение семьи, включая передачу теоретических знаний и оказание помощи в приобретении практических навыков, а также в распространении положительного опыта семейного воспитания детей.

В своей работе опиралась на следующие принципы: общепедагогические и принципы специальной педагогики:

-  построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;

- сотрудничество Организации и семьи;

- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития детей);

- принцип системности,  предполагающей взаимодействие всех субъектов образовательного процесса (педагоги, специалисты, воспитанники, родители, социум);

Принципы специальной педагогики:

- дифференцированного и индивидуального подхода, ориентирующий на создание условий воспитания, учитывающих как индивидуальные, так и специфические особенности детей;

- принцип коррекционно – компенсирующей направленности образования, подразумевающий опору на здоровые силы обучаемого, построение образовательного процесса с использованием сохранных анализаторов и систем организма, а также исправление или ослабление недостатков психофизического развития.

Цель работы педагогов и инструктора по физкультуре:  обеспечить психолого – педагогическую поддержку семьи и повысить компетентность родителей в вопросах здоровья.

Основные задачи, которые я поставила перед собой в процессе работы следующие: (слайд с целями, задачами и результат)

 Активное включение родителей в образовательный процесс ДОУ повышает эффективность  оздоровительной работы и улучшает психо – эмоциональное состояние детей.

В работе по реализации поставленных задач мы используем следующие формы работы:

* Анкетирование, тесты
* Родительские собрания
* наглядно-информационные формы работы
* Совместные физкультурные праздники и развлечения
* Совместные физкультурные занятия родителей с детьми

 Работу с родителями начинаю  с  родительских собраний - это традиционная форма работы, которая позволяет   лично познакомиться с семьями воспитанников. В ходе собраний   проводим анкетирование на предмет владения родителями теоретическими и практическими знаниями в области оздоровления детей и поддержания положительного психо – эмоционального состояния в течение дня.

Результаты анкетирования показывают, что  30% родителей не владеют информацией о работе, которая ведется в нашей ДОУ  по здоровьесбережению детей, 27% родителей не могут сформулировать понятие здоровьесберегающие технологии и не имеют практических навыков их применения.

Для повышения  компетентности родителей  мы используем наглядную информацию: консультации для родителей, папки - передвижки с рекомендациями по сохранению и укреплению здоровья дошкольников: дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, корригирующая гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, релаксация, пальчиковая гимнастика, ритмическая гимнастика и др.

Любому родителю интересно, как проходит жизнь ребенка в детском саду. В связи с этим педагог МДОУ выпускает газету «Дошколенок», где есть рубрика «Мы со спортом очень дружим». Эта рубрика помогает ознакомить родителей со значимыми спортивными мероприятиями, проходящими в ДОУ. Родители с огромным интересом и удовольствием читают статьи.

Использование данных форм общения с родителями играет важную роль в формировании педагогической культуры родителей, способствует возникновению интереса к физической культуре в ДОУ.

Семья во многом определяет отношения детей к физической культуре и спорту, как много могут сделать родители для своих детей, пробуждая у них интерес к спорту и физкультуре.

Этому способствует доверительное общение детей и родителей в различных ситуациях и, естественно, совместная их деятельность:

совместные физкультурные праздники и развлечения.

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года, основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. Участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Спортивный праздник «Папа, мама, я – дружная спортивная семья» - уже стал нашей традицией. Эти соревнования благотворно влияют на взаимоотношения в семье, осуществляют тесную связь между дошкольным учреждением и семьей по физическому воспитанию.

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру отца и матери. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях с учетом индивидуальности ребенка, у детей формируется положительное отношение к занятиям физической культурой. Совместные физкультурные занятия учат общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, в конечном счете, сплачивают семьи.

 Такие занятия дают возможность родителям заниматься физкультурой вместе с детьми; помогают создать атмосферу радости от совместной двигательной деятельности, снизить дефицит общения.

Отличительная особенность совместных занятий детей и взрослых состоит в том, что взрослые помогают педагогам, и каждый из них – тренер своего ребенка. В результате отмечается повышение активности занимающихся и высокая эффективность занятий. Воспитанники старательно выполняют все движения, активны, самостоятельны, инициативны, стараются получить положительную оценку взрослых – не только педагога, но и в первую очередь родителей.

Совместные занятия мотивируют родителей на взаимодействие со специалистами детского сада.

Для решения поставленных задач я использую нестандартные пособия (изготовленные с помощью родителей), задания и игровые упражнения, методические разработки (планы, конспекты мероприятий, занятий).

Поговорим о здоровье педагога. Мы не ошибемся, если скажем, что во все времена человеческой истории здоровье было одним из самых больших желаний человека, некой абсолютной ценностью. "Будьте здоровы!" - говорят люди друг другу. "Желаем вам самого главного - здоровья!", говорят наши близкие. По большому счету здоровье было и остается дороже власти и богатства.

Каждая профессия, так или иначе, влияет на здоровье человека. Воспитывать детей - дело сложное: постоянные стрессы, необходимость сдерживать собственные чувства - все это воздействует на психику, а в конечном итоге и на физическое состояние педагога. Физическое и эмоциональное состояние педагога - существенные факторы, влияющие на его профессиональную деятельность. От самочувствия педагога зависят стиль и направленность взаимодействия с детьми, интенсивность, креативность и качество работы.

Развитие у педагогов чувство коллективизма, чувство единства, сплоченности; формирование ответственности за свое здоровье - мотивация на здоровый образ жизни. Повышение уровня практической подготовки воспитателей, совершенствования практических навыков, необходимых для сохранения и укрепления здоровья детей, и формирует у дошкольников привычки к здоровому образу жизни.

Формирование у дошкольников привычки к здоровому образу жизни может быть эффективным при условии, если работу педагог целенаправленно проводит с воспитанниками и родителями, а также уделяет особое внимание сохранению и укреплению своего здоровья.

«Здоровый вид лучше, чем рекомендательные письма» - гласит французская поговорка. Как это ни удивительно, но у детей есть свои критерии здоровья: «Мы любим нашу воспитательницу за то, что она красивая и никогда не болеет…» Если взглянуть глазами стороннего наблюдателя на условия, в которых работают воспитатели детских учреждений, то здесь, казалось бы, нет никаких особых вредностей. Но это только на первый взгляд. Специфика работы воспитателя такова, что ее вполне можно причислить к разряду вредных профессий. Взять нервные нагрузки, они чрезвычайно велики. Не потому ли столь часты у воспитателей расстройство сна, повышенное артериальное давление, головные боли, совсем не редки жалобы на отсутствие бодрости. А теперь представим такую ситуацию: воспитатель, постоянно держащийся за поясницу, а рядом бодрые, жизнерадостные дети. Наверно хуже антирекламы здорового образа жизни не придумаешь.

Притча: “Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: “Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мертвая или живая?” А сам думает: “Скажет живая – я ее умертвляю, скажет мертвая – выпущу”. Мудрец, подумав, ответил: “Все в твоих руках”. В наших руках возможность создать   такую атмосферу, в которой мы  будем чувствовать себя   комфортно. Мы на 100% ответственны за все события в своей жизни и за плохие и за хорошие.

Согласно исследованиям современных ученых (Н.М. Метенова, Л.И. Новикова, В.А. Караковский, Н.Н. Селиванова, О.Л. Зверева, А.Н. Ганичева) одним из факторов, влияющим на эффективность взаимодействия детского сада и семьи, является уровень педагогической культуры родителей. Важным показателем педагогической культуры родителей можно считать степень осознания целей воспитания, совпадающих с тем социальным запросом, который предъявляет общество к личности, т.е. совпадение представлений о целях воспитания родителей и педагогического коллектива дошкольного образовательного учреждения.

В качестве основных черт педагогической культуры выделяют педагогический такт, умение быть чутким, справедливым и разумно требовательным к детям, наблюдательным и способным прогнозировать развитие ребенка.

Повышение педагогической культуры родителей – одна из важнейших задач ДОУ, которая решается на основе доверительно-делового общения воспитателя с родителями.

Результатом, взаимодействия с родителями стал:

* Возросший интерес родителей к работе детского сада и воспитанию детей.
* Рост посещаемости родителями мероприятий по педагогическому просвещению, их активность; участие в конкурсах, досугах, праздниках.

Это стало возможным только благодаря объединению сил и сотрудничеству. Постепенно ушли непонимание, недоверие родителей. Моя ближайшая задача – охватить нетрадиционными формами работы не менее 70% семей; шире привлекать родителей к организации оздоровительной работы в ДОУ.