Муниципальное бюджетное учреждение информационно-методический центр отдела образования администрации Ковдорского района

«Повышение педагогической компетенции родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей раннего возраста через вовлечение семьи в здоровьесберегающую работу ДОУ»

Подготовила:

Васькова Елена Михайловна,

Воспитатель МБДОУ №9

г. Ковдор

Цель наша должна состоять в том,

чтобы сделать из детей не атлетов,

акробатов или людей спорта,

а лишь здоровых, уравновешенных

физически и нравственно людей.

С. Я. Эйнгорн

Итак, нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. Главным в реализации поставленной задачи является сохранение и укрепление здоровья воспитанников в совместной деятельности с семьей. Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, культурно-гигиенических процедур, развитие двигательных навыков. Совместную работу с семьей строю на принципах добровольности, компетентности, современности, единства, последовательности, преемственности и индивидуального подхода к каждому ребенку и к каждой семье. Необходимо с малых лет приобщать ребенка в семейном и общественно воспитании к здоровому образу жизни, формировать у малышей навыки охраны личного здоровья и бережное отношение к здоровью окружающих.

Для решения данной задачи стараюсь работать в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников, способствую осознанию родителями их сильных сторон и достоинств. В этих целях использую различные формы сотрудничества с семьями: беседы, консультации, встречи «за круглым столом», родительские собрания, встречи с медперсоналом, дни открытых дверей и т. д.

Первой и немаловажной частью своей работы считаю посещение семьи, так как, только пообщавшись в раскрепощенной домашней обстановке, можно получить конкретное представление о родителях, их общем культурном и педагогическом уровне. Готовясь к посещению семьи, я предварительно информирую родителей о цели и дате посещения. Продумываю вопросы, которые могу задать родителям. Придя в семью, знакомлюсь с режимом дня в домашних условиях. Потому что непременным условием здорового образа жизни является ее правильный режим. В каждой семье складываются свой режим дня, свой ритм жизни, свои традиции. Часто распорядок дня и весь уклад жизни детей в дошкольном учреждении существенно отличается от того, к чему ребенок привык дома. Беседуя с родителями о режиме дня, выясняла, что в ряде случаев для укрепления здоровья и развития детей в некоторых семьях не созданы обходимые условия. Многие родители уделяют недостаточно внимания регулярному пребыванию ребенка на воздухе, полноценному ночному сну, рациональной двигательной активности. Многие дети в выходные дни проводят большое количество времени у телевизора. Я стараюсь объяснить родителям, что подобное время препровождения является для детей не отдыхом и развлечением, а дополнительной нагрузкой на нервную систему, органы зрения и опорно-двигательный аппарат, и проходит оно, как правило, за счет более целесообразной деятельности – активных движений, прогулки, игры, развлечений, что пагубно сказывается на здоровье их детей. Стараюсь убедить родных малыша, как важны для его жизни и здоровья постоянство и повторяемость и как утомительны и вредны необоснованные изменения в распорядке дня. Проявляю внимание к точке зрения родителей, выслушиваю их аргументы и стараюсь найти оптимальное решение спорных вопросов. Интересуюсь какие трудности испытывают родители, и чем по их мнению они вызваны. Посещение дает мне не только общие представления об условиях жизни ребенка, но и разнообразный материал для следующей работы с родителями.

В нашем дошкольном учреждении вопросами здоровья занимаются все сотрудники. Так на основе запросов родителей осуществляется встреча с медицинской сестрой, на которых они получают ответ на интересующие вопросы по оздоровлению детей. Параллельно с этим медицинский сотрудник ДОУ знакомит родителей с результатами мониторинга физического развития детей, содержанием физкультурно – оздоровительной работы и оздоровительно – профилактическими мероприятиями. Медицинский работник предлагает родителям памятки и буклеты, специальную литературу по оздоровлению детей. Организация таких встреч с родителями является эффективной формой работы, так как родители получают много полезной информации и приобретают опыт общения с другими семьями.

Следующая форма работы - организация для семьи дней открытых дверей. Родители могут пройти по детскому саду, ознакомиться с физкультурным залом, рассмотреть какое спортивное оборудование применяется для работы с детьми и для их оздоровления. Приглашаю родителей в группу, предлагаю им рассмотреть спортивный уголок и его оборудование, стандартное и сделанное своими руками и применяемое в разных видах деятельности для оздоровления детей, объясняю, как организовать спортивную зону дома, какие снаряды и пособия можно изготовить самим.

Следующей формой работы с семьями являются встречи за «круглым столом». Такая работа строится на основе запросов и интересов родителей, которые формируются в процессе анкетирования, направленного на выяснение знаний родителей о здоровье детей, которые позволяют корректировать работу в течение года.

Во время таких встреч ведется оживленная беседа на разные темы. Выясняю, какие оздоровительные мероприятия проводятся с ребенком дома, и какие условия создаются для этого.

Беседуя за «круглым столом» я предлагаю родителям изготовить в домашних условиях простейшее спортивное оборудование из подручного материала. Так, например, можно изготовить многофункциональные дорожки из клеенки, линолеума, а твердую дорожку из обычной доски. По таким дорожкам можно ходить, ползать, перешагивать через них, прыгать по ним, перепрыгивать и т. д., такие дорожки я предлагаю малышам и в группе, и включаю деятельность с ними во все части физкультурного занятия. Дети любят их использовать в самостоятельно организованных играх, строя из них мосты, дороги и пр. Обычную ходьбу по дорожке разнообразим, выкладывая на них подушечки с различным наполнителем (крупы, камешки, поролон и пр.).

Так же предлагаю изготовить ленточки с цветочками на концах или бабочками для дыхательных упражнений и для бега, легкие снежинки и т. д. Можно изготовить небольшой «сухой бассейн» для развития тактильной чувствительности рук и активизации их биологических точек, используя пробки от пластиковых бутылок. Предлагаю для применения в домашних условиях простые комплексы оздоровительных упражнений по профилактике простудных заболеваний, развития общей и мелкой моторики рук, пальчиковые игры, упражнения для глаз ребенка, упражнения после пробуждения, комплексы упражнений массажа для самых маленьких и т. д.

Главное требование – научность предлагаемого материала. Все упражнения берутся из специальной литературы. Прежде чем выполнить какое – либо упражнение, рекомендую сначала ознакомиться с техникой выполнения и прочитать специальную литературу, чтобы не навредить маленькому ребенку. Собираясь за «круглым столом» с семьями, я веду скрупулезную работу по повышению гигиенической и педагогической культуры родителей для того, чтобы и дома, и в детском саду требования к оздоровлению детей были согласованными, едиными, только тогда работа по сохранению и укреплению здоровья малышей будет эффективной. Тщательно подобранный материал по теме беседы, список соответствующей литературы, тематическая выставка пособий или фоторепортаж из группы, показанный на компьютере, повышают интерес родителей к таким встречам и мотивируют проведение оздоровительной работы в домашних условиях.

Выявив через анкетирование пробелы в педагогической компетентности родителей по данному вопросу и изучив их запросы, провожу просветительскую работу. В родительском уголке систематически размещаю информацию, в которой сообщаю тематику игр и занятий оздоровительного цикла, их основные цели, помещаю консультации: «Лечение без лекарств», «Движение и здоровье», «Помогите детям укрепить здоровье», «Режим дня ребенка дома», «Хороший сон – здоровый малыш», разрабатываю памятки, буклеты, рекомендации, содержащие информацию по оздоровлению детей.

Так же для повышения педагогической грамотности родителей в вопросах оздоровлении детей раннего возраста подготовила и провела родительские собрания: «Что мы знаем о ребенке», «Профилактика простудных заболеваний», Психологические особенности детей двух-трех лет». Родительские собрания стараюсь проводить в разнообразной форме (диспут, обмен семейным опытом).

Так как родитель не имеет возможности наблюдать за жизнедеятельностью детей в группе, я оформляю фотостенды или тематические альбомы, отражающие жизнь детей. Снимаю на цифровой фотоаппарат специфические моменты оздоровительной работы (полоскание рта, оздоровительный бег и бодрящая гимнастика после сна организация подвижных игр или занятия с нестандартным физоборудыванием), сбрасываю на флэш - карту и предлагаю родителям для просмотра дома. Выставляю дидактические игры и пособия на развитие зрительного восприятия, формирование сенсорных эталонов.

Оформила семейный альбом по оздоровлению детей. В таком альбоме родители могут отразить моменты оздоровительной деятельности с детьми. В таком альбоме можно разместить фотографии и рассказ о том, как родители оздоравливают своего ребенка. Ведение такого альбома учит родителей наблюдать за свои ребенком, замечать его продвижения в развитии, недостатки, трудности и успехи. Планирую проводить в своей группе дни здоровья, которые я думаю, будут эффективной формой отдыха детей.

Итак, из всего выше сказанного я сделала следующий вывод. Свою совместную работу с семьей по воспитанию здорового ребенка я буду строить на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику.

* систематичность и последовательность работы в течение всего года.
* индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
* взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе, укрепления авторитета педагога в семье, а родителей в детском саду.

Успех достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателю, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагог использует лучший опыт семейного воспитания.