Совместная деятельность воспитателей и родителей

по созданию условий для формирования навыков здорового образа жизни

и успешной адаптации детей в социуме в условиях ФГОС.

Ковалева Ольга Сергеевна,

старший воспитатель МБ ДОУ № 2

г. Батайска, Ростовской области

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\USER\Desktop\IMG_7400.JPG | *…Мой педагогический стаж – более 50 лет. Начинала любимое дело школьным учителем. Прошла нелегкий путь (более 30 лет) заместителя директора по научно-методической работе учреждения СПО. Можно сказать, что я знакома и с системой работы высшего образования, так как 10 лет была директором Представительства ВУЗа. И вот сейчас «испытываю себя на прочность» в любви к педагогике дошкольного образования. И теперь с высоты своего возраста и опыта я понимаю значимость каждого шага воспитателя при общении с детьми, потому что я могу представить себе, чем каждое действие взрослого обернется в будущих поступках ребенка. Поэтому считаю очень важным рассказать о совместных действиях воспитателей и родителей в процессе современного дошкольного образования.* |

|  |
| --- |
| 1. **ФГОС ДО – современный ориентир реализации приоритетных воспитательных целей, задач и получения высоких реальных результатов** |

Почему каждый воспитатель должен тщательно изучить содержание нормативной документации, к которой прежде всего относится ФГОС? Ответов может быть несколько, один из которых показывает, что стандарт является помощником педагогу: он облегчает профессиональный труд, экономит время воспитателя, так как в документе уже разработано содержание одного из труднейших этапов деятельности процесса дошкольного образования - *целеполагания*. Причем, разработано на основе соединения современной педагогической науки и передовой практики. Думающему педагогу данный ориентир помогает понять и определить дальнейший процесс деятельности: КАК реализовать поставленные задачи в содержании образовательного процесса, чтобы *ожидаемый результат* стал *реальным.*

На этом положительные моменты содержания Федерального документа не заканчивается. Внимательное изучение ФГОС помогает педагогу понять отличие целеполагания воспитательного процесса в недалеком прошлом и сегодня. В стандарте, как бы ни был официален этот документ, чувствуется эмоциональный призыв: нужно *ЦЕНИТЬ* ребенка, а не *ОЦЕНИВАТЬ* его. А так как ребенок – *«человек играющий»*, ФГОС показывает, что необходим переход с учебно-дидактических методик на дидактически-игровые, где фундаментом, основанием развития будет игра, творчество.

И наконец, в содержании ФГОС ДО подчеркивается, что дошкольное образование – не только очень важный, но и *самостоятельный* период в жизни ребенка. В связи с этим возросли требования к первоклассникам. Поэтому с выходом ФГОС повышается не только значимость, весомость профессии воспитатель, но и его ответственность за результативность и качество достижений воспитанников.

|  |  |
| --- | --- |
| https://clipart-best.com/img/exclamation-mark/exclamation-mark-clip-art-52.png | *Таким образом*, содержание ФГОС дошкольного образования является **целевым ориентиром** для профессиональной деятельности воспитателя, так как содержит новую модель выпускника ДОУ и предполагает:   * формирование у ребенка ценных нравственных качеств характера в новых условиях (для этого потребуется изменения содержания педагогического взаимодействия с ребенком); * подготовку воспитанников к самостоятельной деятельности в обновленной социальной обстановке; * подключение родительской общественности к реализации новых целей и задач для осуществления единства действий и требований. |

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\USER\Downloads\B002E4CE-C426-4B43-8080-7B076E1E757D.jpeg | 1. **Использование эффективных методик формирования устойчивых навыков здорового образа жизни – путь к получению реального положительного результата** |

Самое ценное для человека – его жизнь. И чтобы сделать ее полезной и интересной, необходимо еще с детства учить ребенка по-настоящему заботиться о своем здоровье, применяя все имеющиеся средства физического воспитания для формирования устойчивого навыка здорового образа жизни. Эта задача физического воспитания в детском саду вовсе не нова. Еще В.А. Сухомлинский обращал внимание на то, что «забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя». Как же приобщить в детском возрасте к здоровому образу жизни? Какие методики будут наиболее эффективными, чтобы каждый ребенок почувствовал и понял необходимость заботиться о своем здоровье и в будущем отказался от вредных привычек, увиденных у взрослых? Десятки таких проблемных вопросов появляются у воспитателей, когда они на практике приступают к реализации целей физического воспитания детей. Не зря говорят: ум хорошо, а два лучше. Когда на методические мероприятия, где коллективно решаются проблемы приобщения детей к здоровому образу жизни, где идет поиск наиболее эффективных способов формирования мотивов и убеждений воспитанников в необходимости сделать нормой здоровый образ жизни, приглашаются родители, в нашем педагогическом коллективе уже никто не удивляется. Задачи по реализации культуры здоровья как части общей культуры человека решаются сразу по двум направлениям: работа с родителями по самовоспитанию навыка формирования здорового образа жизни в семье и методическая деятельность воспитателей по отбору эффективных методов и средств приобщения детей к здоровому образу жизни.

Ответственные за подготовку и проведение таких методико-педагогических мероприятий обращают внимание на следующие аспекты:

* определение целей и задач мероприятий с учетом конкретных возможностей их участников и условий проведения,
* включение в содержание мероприятий современных достижений педагогической науки интересного материала, повышающего мотивацию родителей и воспитателей к образовательному процессу,
* выбор инновационных форм проведения мероприятий, способствующих сознательному и ответственному отношению к здоровью как к общественной ценности,
* создание творческой атмосферы для полного восприятия важной и необходимой информации по здоровому образу жизни с последующим практическим применением.

Примеров интересных и полезных коллективных методико-педагогических мероприятий в нашем коллективе немало. Вот, например, практический семинар «Здоровый образ жизни – норма поведения каждого человека». Он был проведен совместно с родительской общественностью. Форма проведения **нетрадиционная** – «2Д: Диалог-Дискуссия». Были определены цели и задачи семинара. Практическим результатом полученной на семинаре информации должно стать подготовленное и проведенное творческое мероприятие с детьми в группе.

Во вступительной части нетрадиционного практического семинара в качестве **интриги** была озвучена интересная мифологическая легенда.

|  |
| --- |
| https://mir-knig.com/page_images/18/9ac8575469e5d6e72afa90ac7357a5dc.jpg |
| Давным-давно на горе Олимп жили были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой добавил: «Человек должен быть здоровым». Третий продолжил: «Человек должен быть умным».  Но один из богов задумался и сказал: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам».  И решили они спрятать главное, что есть у человека, его здоровье. Стали думать, решать, куда бы его спрятать? В синее море? За высокие горы?  Но один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека».  Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! И только самые мудрые понимают, что оно зависит от них самих. |

**Проблемный вопрос для обсуждения**:

***Что*** *и* ***как*** *нужно делать, чтобы дети понимали:*

*здоровый образ жизни – это путь к сохранению бесценного дара богов – здоровья?*

Содержание практического семинара педагогов и родителей также было нетрадиционным.

На первом этапе основной работы каждая группа (одна из числа родителей, а вторая из числа воспитателей) получала карточку-задание, в которой были определены вопросы для выработки общего решения по формированию навыков здорового образа жизни (в семье или в процессе воспитательно-образовательной деятельности). Для воспитателей поставлены дополнительные задачи подбора и использования продуктивных воспитательных методик, чтобы при общем обсуждении родители получили информацию о возможном применении различных технологий общения с детьми для получения положительного результата. (Работа по заданию внутри групп в течение 15-20 мин)

На втором этапе в форме диалога-дискуссии проходило обсуждение выводов каждой группы, обмен мнениями по вопросам формирования у детей потребности в здоровом образе жизни. Подведены итоги работы. Озвучено решение об использовании полученной информации в практической деятельности. От родителей поступило много ценных решений о том, как в семье взрослые будут показывать пример детям о здоровом образе жизни (о прекращение курения (хотя бы на виду у детей), о прогулках на свежем воздухе вместе с детьми, о воскресных походах на природу и т.д.). Группа воспитателей определила наиболее продуктивные методы работы с детьми по формированию привычек к здоровому образу жизни, соблюдению личной гигиены, профилактики вирусных заболеваний и т.д.

На заключительном этапе мероприятия были озвучены 15 мифов о здоровом образе жизни. Оказалось, что мифов, связанных с нашим здоровьем, удивительно много. К счастью, постепенно наука развенчивает их. Особенно интересными для нашего общего коллектива оказались два последних мифа.

|  |
| --- |
| Миф 14. Чистить зубы после еды  Такая привычка на самом деле губительна для зубной эмали. Чистка сразу после еды заставляет содержащиеся в пище и питье кислоты проникать еще глубже в структуру зубов, ускоряя тем самым процесс их разрушения. После еды рот достаточно ополаскивать.  Миф 15. Долгие прогулки на свежем воздухе хороши для всех  Но только не в том случае, если у вас есть лишний вес и если вы городской житель. Учёные кафедры социальной медицины одного из университетов исследовали различия в работе органов дыхания стройных и полных людей. Оказалось, что глубина дыхания коррелируется с весом.  Эксперимент показал, что люди, страдающие ожирением, вдыхают в среднем на 50% больше атмосферного воздуха. Чем меньше избыточный вес — тем меньше избыточное дыхание, но даже при минимальном превышении своего идеального веса человек вдыхает на 7% воздуха больше. При этом в городе вместе с ним он получает и свою долю газообразных загрязнений — аммиака, диоксида серы, окисей азота и т. д.  Если показатель избыточного дыхания будет выше 10%, результатом регулярных продолжительных прогулок в **черте города**, вероятнее всего, станет отравление, которое впоследствии спишут на общую загрязнённость окружающей среды. В общем, у большинства людей хватает здравого смысла поостеречься, когда рядом кто-то дымит сигаретой, сильный запах дыма напоминает им о загрязнении. Но нужно помнить, что серьёзное загрязнение часто присутствует даже там, где запах не чувствуется. |

Так как на совместном практическом семинаре могли присутствовать не все родители, от родительской общественности поступило предложение отправить весь разработанный материал в электронную родительскую группу, чтобы все желающие могли ознакомиться с содержательной частью проведенного мероприятия.

|  |  |
| --- | --- |
| https://clipart-best.com/img/exclamation-mark/exclamation-mark-clip-art-52.png | *Таким образом*, проведение коллективных мероприятий, направленных на изучение и использование эффективных методик формирования устойчивых навыков здорового образа жизни позволяют:   * направить на продуктивную совместную деятельность педагогов и родителей; * определить наиболее эффективные методики, дающие положительных результат в конкретных условиях и в предлагаемых обстоятельствах; * сформировать интерес воспитателей к осмыслению теоретических материалов о здоровом образе жизни и разработать практические рекомендации для детей и родителей с учетом их потребностей и возможностей; * использовать электронные технологии для получения научной педагогической информации, использования ее при создании методического сопровождения образовательного процесса, для разработки практических материалов для воспитанников и их родителей. |

|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\USER\Downloads\F52A0BCB-0ADA-4D41-8B1E-90DDD1EB12D0.jpeg | 1. **Реализация инновационных технологии и интерактивных приемов для успешного формирования культуры здоровья и повышения интереса к саморазвитию у детей дошкольного возраста** |

Деятельность воспитателей и родителей по формированию культуры здоровья у детей в раннем возрасте достаточно сложна. Но она сегодня как никогда актуальна и своевременна. На мой взгляд, дошкольный возраст – это фундамент, основание физического и психического здоровья ребенка. Давно доказано, что именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Именно в это время закладываются основные черты личности, формируется характер. Поэтому важно в это время сформировать практические навыки здорового образа жизни.

Педагогу, как и родителям, прежде всего необходимо самим осознать сущность полноты понятия здоровья и здорового образа жизни. Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. А здоровый образ жизни - это поступки, действия человека, направленные на профилактику заболеваний, укрепление человеческого организма в целом.

Если взрослые хотят получить от своих действий реальный положительный результат, то они должен усвоить, что технология - это мастерство, искусство, умение, совокупность инструментов для достижения этого результата. Все это узнается и усваивается на совместных мероприятиях педагогов и родителей, посвященных изучению содержания технологий.

Здоровьесберегающая технология не является исключением. Это прежде всего система мер, включающая взаимосвязь, взаимодействие всех факторов, направленных на сохранение здоровья детей на всех этапах их обучения и развития, активное формирование здорового образа жизни.

Для воспитателя и родителей важно, чтобы дети осознали и почувствовали потребность в постоянных занятиях физической культурой. Как ни странно, но здоровый образ жизни влияет не только на физическое состояние ребенка. Отсутствие у детей таких физических качеств, как усидчивости, умения напрягаться без ущерба для здоровья, элементарно корректировать свое эмоциональное состояние, переключаться с одной деятельности на другую делает его уязвимым в социуме. Это сказывается и на его дальнейших учебных успехах. Поэтому перед взрослыми возникает необходимость **создания такой воспитательной системы, при которой происходила бы интеграция оздоровительной деятельности в образовательную**. Особенно трудно на этом направлении воспитания родителям. Поэтому им необходима помощь педагогов. Практически осуществить внедрение такой системы помогают инновационные технологии и интерактивные приемы педагогических действий. К ним прежде всего относятся здоровьесберегающие технологии как наиболее эффективное средство не только сохранения здоровья детей, но и подготовки их к процессу самовоспитания.

Но нужно помнить, что эффективным инновационные технологии как средство сохранения и укрепления здоровья будут только тогда, когда они будут применяться на основе диагностики состояния каждого ребенка. Здесь родители – помощники воспитателей. Их наблюдения очень важны для педагогов.

Показатели общего здоровья детей укажут на принятия эффективных мер по улучшению их состояния. Реализация здоровьесберегающих технологий  становится эффективным средством сохранения и укрепления общего здоровья детей, если:

* при выборе форм, методов и средств обучения учитывается состояние всех составляющих здоровья ребёнка и его индивидуальные особенности.

В процессе подготовки педагогического коллектива к внедрению здоровьесберегающих технологий на коллективных мероприятиях и во время самообразовательной работы были рассмотрены главное условие обучения и воспитания у детей мотивации*на здоровье и здоровый образ жизни. Э*то регулярное воспитание соответствующей культуры здоровья с раннего детского возраста одновременно в нескольких сферах:

* физической — управление движением;
* физиологической — управление процессами в теле;
* психологической — управление своими ощущениями и внутренним состоянием;
* интеллектуальной — управление мыслью и размышлениями, натравленными на совершенствование позитивных нравственно-духовных ценностей.

Действия педагогов могут оказаться неэффективными в полной мере, если такая работа будет проводиться только воспитателями и только в пределах детского сада. Поэтому педагоги проводят систематическую работу с родителями, которые осведомляются через электронные родительские группы о применении приемов и методов здоровьесберегающих технологий. Каждую пятницу перед уходом детей на выходные дни для родителей размещается консультативный материал, помогающий родителям продолжить развитие детей дома по определенным методикам. Так методико-педагогическая цепочка не разрывается. Дети привыкают к системе постоянного совершенствования, что позволяет в дальнейшем перейти на более высокий уровень – саморазвитие и самовоспитание.

Чтобы создать такую воспитательную систему оздоровительной деятельности в детском саду, наши воспитатели вместе с родителями детей изучили составляющие истинного здоровья человека. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье *—*это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Значит, в понятие здоровье включается еще и нравственное, а также духовное благополучие. Так была составлена модель-формула здоровья со следующими составляющими:

|  |
| --- |
| З = ЗФ + ЗП + ЗС + ЗИН |

где названные составляющие представлены в двух определениях: медицинском и педагогическом.

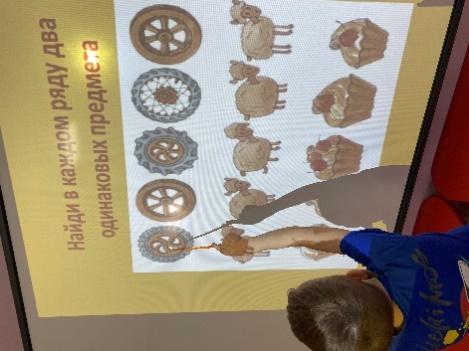
Изучив и обобщив научный материал, мы обрели четкие представления результативности своих действий при использовании здоровьесберегающих технологий. Они просматриваются в следующей таблице:

| Составляющие здоровья | Определения | Содержание определения |
| --- | --- | --- |
| Здоровье  физическое  **(ФЗ)** | Медицинское | Состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции. |
| Педагогическое | Совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде. |
| Здоровье  психическое  **(ЗП)** | Медицинское | Состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция. |
| Педагогическое | Высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности. |
| Здоровье  социальное  **(ЗС)** | Медицинское | Оптимальные, адекватные условия социальной среды, препятствующие возникновению социально обусловленных заболеваний, социальной дезадаптации и определяющие состояние социального иммунитета, гармоничное развитие личности в социальной структуре общества. |
| Педагогическое | Моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных социальных условиях микро- и макросреды (в семье, в ДОУ, социальной группе). |
| Здоровье  интеллектуально-нравственное  **(ЗИН)** | Педагогическое | Комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.  Нравственным здоровьем обеспечивается духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия и красоты. |

Всем известно, что здоровьесберегающие технологии - это целая система мер, состоящая во взаимосвязи и взаимодействии всех аспектов образовательной среды. И все они направлены на сохранение здоровья ребёнка в процессе всех этапов его обучения и развития. 

Нашими воспитателями используются следующие интерактивные методы здоровьесберегающих технологий:

* динамические паузы во время занятий,
* спортивные и подвижные игры, релаксация,
* разные виды гимнастик: двигательная, пальчиковая (развивают речь, двигательную активность пальчиков), для глаз, дыхательная (формирует правильное дыхание, тренирует дыхательный аппарат, мышцы, устраняет дыхательные нарушения), артикуляционную гимнастику (укрепляются мышцы артикуляционного аппарата, готовит ребёнка к правильному произношению звуков), интеллектуальная,
* психогимнастика –этюды, упражнения, игры (учит ребёнка контролировать эмоции, проводится коррекция и предупреждение эмоциональных расстройств, преодолеваются барьеры в общении),
* физкультурные занятия, самомассаж,
* валеологические и логоритмические упражнения, распевки (поднимают настроение, подготавливает детей к пению, помогают преодолеть речевые нарушения, так происходит сочетание слова и движений),
* арт-терапия (предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики способом, придают уверенности ребёнку).
* игротерапия-подвижные игры, игры соревновательного характера, сюжетно-ролевые игры (приводят к **здоровому** эмоциональному возбуждению, повышают стрессоустойчивость ребёнка, учат сопереживать и радоваться успехам других детей, улучшается память, ориентировка в пространстве),
* музыкотерапия (создаётся положительный эмоциональный фон, происходит стимулирование двигательной функции, развивается дыхательный и артикуляционный аппарат, выявляются творческие способности детей),
* сказкотерапия является **инновационным методом в работе с детьми**, который, позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи.

Используя такие методики, педагоги повышают результативность воспитательно-образовательного процесса, формируют у воспитанников ценностные ориентации, направленные не только на сохранение и укрепление здоровья, но и повышение уровня мотивации детей к саморазвитию.

С этими приемами знакомятся и родители. Дома всегда есть возможность продолжить выработку навыков культуры жизнедеятельности. В электронных родительских группах размещаются примеры упражнений для физического, умственного, интеллектуально-нравственного здоровья.

При анализе результативности использования активных методов здоровьесберегающих технологий педагоги отмечают, что они способствуют:

* значительному повышению интереса детей к самому процессу обучения,
* развитию познавательной активности в процессе занятий,
* улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей,
* снижению заболеваемости,
* повышению уровня физической подготовленности, формированию осознанной потребности в ведении здорового образа жизни,

|  |  |
| --- | --- |
| https://clipart-best.com/img/exclamation-mark/exclamation-mark-clip-art-52.png | *Таким образом*, единство действий педагогов и родителей по реализация инновационных технологии и интерактивных приемов для успешного формирования культуры здоровья и повышения интереса к саморазвитию у детей дошкольного возраста приводит к следующим результатам:   * сплочению педагогического и родительского коллективов и созданию творческой обстановки в учреждении; * созданию **здоровьесберегающей** среды и воспитанию навыков **здорового** образа жизни у детей; * успешному решению задачи снижения эмоционально-волевого напряжения и укрепления иммунитета **дошкольников** посредством комплексного подхода к формированию **здоровья воспитанников,** * улучшению и сохранению соматических показателей **здоровья дошкольников,** * созданию устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению физического **здоровья,** формированию психологического **здоровья дошкольников**, как важного фактора **здоровья человека в целом**. |

Мы живем и работаем в маленьком южном городе, расположенном на левом берегу великого Дона. У нас, может быть, и нет тех преимуществ, что есть у детей известных мегаполисов. Но мы беззаветно любим свой родной край и окружающих нас людей. И наши воспитанники растут в атмосфере любви и благодарности своей стране. Мы, взрослые, делаем все возможное, чтобы они гордились своей Родиной и понимали, что Россия была, есть и будет страной, где живут сильные, мужественные и добрые люди. И никто нас не убедит в обратном.