

## «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЕЙ В ВОПРОСАХ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ».

Подготовил инструктор по ФК  
О.С. Гуркова.

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Рост количества детских заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и с самим образом жизни семьи ребенка, во многом зависящим от семейных традиций и характера двигательного режима. При недостаточной двигательной активности ребенка (гиподинамии) неизбежно происходят ухудшение развития двигательной функции и снижение физической работоспособности ребенка. Решающую роль по формированию личностного потенциала и пропаганде здорового образа жизни принадлежит семье. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте. Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни. Воспитание в семье на современном этапе не мыслится без помощи специалистов. Анализ научных исследований показывает, что возрастает количество социально-незащищенных родителей и детей, наблюдается социально-психологическая тревожность семьи, ухудшение состояния здоровья детей. Данные тенденции в жизни общества нельзя оставить без внимания. Изменения социокультурной ситуации требуют совершенствования содержания, форм и методов в работе с семьей, которые могли бы удовлетворить запросы родителей как в информационном, так и в организованном плане. Деятельность родителей и педагогов в интересах ребенка может быть успешной только в том случае, если он станут союзниками, что позволит им лучше узнать ребенка, увидеть его в разных ситуациях и таким образом помочь взрослым в понимании индивидуальных особенностей детей, развитии их способностей формировании ценностных жизненных ориентиров, преодолении негативных поступков и проявлений в поведении. Дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников предусматривает повышение роли родителей в вопросах оздоровления детей, приобщении их к здоровому

образу жизни, создание семейных традиций физического воспитания. В совместной деятельности педагогов и родителей, необходимо формировать понимание, что родители — не пассивные наблюдатели педагогического процесса, а его активные участники. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении и семьи, целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующая здоровье детей. Сотрудничество дошкольного образовательного учреждения и семьи предполагает совместное определение целей деятельности, планирование предстоящей работы, распределение сил и средств, в соответствии с возможностями каждого участника, совместное наблюдение результатов работы, а затем и прогнозирование новых целей, задач и результатов. Главная задача сотрудничества ДООУ и семьи — это обеспечить безболезненное привыкание ребенка к детскому саду в период адаптации. Далее обязательно следует вместе с родителями объективно оценить состояние здоровья, физического и двигательного развития, спрогнозировать его улучшение; наметить единые подходы к распорядку дня, питанию, одежде, организации условий для двигательной активности ребенка. Лучший способ для воспитателя — найти общий язык с родителями воспитанников: проявить интерес к здоровью и развитию конкретного ребенка. Очень важно убедить родителей в том, какое значение имеют единые подходы к распорядку дня в семье и детском саду, как полезнее провести выходные дни, правильное питание в семье, какой вред наносит ребенку перегрев. Особого внимания заслуживает проблема закаливания. Необходимо убеждать родителей воспитанников в том, что ослабленному и болезненному ребенку закаливание необходимо больше, чем здоровому. Очень важна в этом роль здорового образа жизни семьи. На закаленных детей меньше влияют резкие изменения температуры, они имеют хороший аппетит, более активны, уравновешены и жизнерадостны. Воспитателю и родителям нужно находить время для ежедневного обмена информацией о здоровье и самочувствии ребенка в семье и детском саду. Источником информации по вопросу здоровья детей для родителей служат «Уголок здоровья», информационные стенды: «Здоровый образ жизни», «Оздоровительная работа в детском саду» и т. д. Повышение педагогической культуры родителей — одна из важнейших задач ДООУ, которая решается на основе доверительно-делового общения воспитателя с родителями. Так как инициаторами установления сотрудничества в большинстве случаев являются педагоги дошкольного образовательного учреждения, они должны быть профессионально подготовлены не только в области организации образовательной работы с детьми, но и уметь решать вопросы, связанные с созданием единого воспитательно-образовательного пространства в детском саду и семье. Для установления педагогами контактов

с родителями им необходимы знания о роли семьи в воспитании ребенка и специфики семейного воспитания, методах изучения семьи, формах организации работы с родителями, методах активизации родителей и умения применять эти знания на практике. Выстраивание взаимодействия детского сада и семьи на основе сотрудничества — процесс достаточно сложный. Важно отметить, что сотрудничество родителей и педагогического коллектива дошкольного учреждения следует рассматривать не с точки зрения его влияния на выработку у ребенка тех или иных навыков поведения, а как процесс взаимного влияния на личность ребенка в целом. А так как любая социальная среда, в том числе и образовательная, влияет на жизнедеятельность человека и является продуктом его деятельности, следовательно, она поддается целенаправленному формированию. Поэтому взаимодействие педагогов и родителей воспитанников можно рассматривать как один из необходимых компонентов образовательной среды дошкольного учреждения, который оказывает прямое и косвенное влияние на разностороннее развитие ребенка, на состояние его физического и психического здоровья и успешность его дальнейшего образования и воспитания. Одной из причин медленного ухудшения результатов в борьбе за снижение заболеваемости является недостаточная педагогическая культура семей. Нарушается режим сна и отдыха в праздничные и выходные дни, дети много времени проводят у телевизора и компьютера, потребность в движении удовлетворяется не полностью. При грамотном построении педагогического процесса можно заинтересовать родителей проблемой воспитания здорового ребёнка. Очень важно, чтобы требования, предъявляемые ребенку в условиях общественного воспитания и семьи, были едиными, чтобы и в семье, и в дошкольном учреждении он получал все необходимое для полноценного физического и психического развития. Совместная работа с семьей должна строиться на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику.

1. Единство, которое 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 работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с контрольным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.

3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

4. Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей в детском саду.

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

2. Участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;

3. Целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима;

4. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в детском саду;

5. Обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания);

6. Ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. В этих целях хорошо используются: информация в родительских уголках, в папках передвигаках, в библиотеке детского сада;

7. Различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;

8. Семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми; «открытые дни» родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур. Положительные результаты в воспитании детей достигаются при умелом сочетании разных форм сотрудничества, при активном включении в эту работу всех членов коллектива дошкольного учреждения и членов семей воспитанников. К этой деятельности привлекается весь педагогический персонал учреждения, а также специалисты иного профиля (психолог, врач, медсестра, логопед, руководители кружков и секций дополнительного образования).

Эффективными формами сотрудничества дошкольного учреждения с семьей являются:

- Родительские собрания;
- Совместные физкультурные досуги, праздники, Дни здоровья, туристические походы;
- Дни открытых дверей;
- Домашние задания;
- Передача опыта семейного воспитания;
- Комплектование педагогической библиотеки по организации физического воспитания в семье.
- Выпуск газеты.

Родительские собрания являются одной из эффективных форм взаимодействия с семьей. Очень важно чтобы тему и вид собрания педагоги определили вместе с родителями. Они проводятся групповые и общие (для родителей всего учреждения). Общие собрания организуются 2–3 раза в год. На них обсуждают задачи на новый учебный год, результаты образовательной работы, вопросы физического воспитания и проблемы летнего оздоровительного периода и др. На общее собрание можно пригласить врача, юриста, детского писателя. Предусматриваются выступления родителей. Групповые собрания проводятся раз в 2–3 месяца. На обсуждение выносят 2–3 вопроса (один вопрос готовит воспитатель, по другим можно предложить выступить родителям или кому-то из специалистов). Семья и детский сад имеют свои особые функции и не могут заменить друг друга. Наши наблюдения показывают, что в жизнь входит новое поколение родителей, понимающих значение здорового образа жизни, хорошего образования и воспитания, стремящихся обеспечить его для своего ребенка. Совместная работа детского сада и семьи способствуют решению этих важных задач.