**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №59»**

**Доклад**

«Организация совместной работы ДОУ и родителей обучающихся по формированию ЗОЖ у дошкольников».

**Подготовила:**

старший воспитатель

Балдакова Т.Н.

**г. Улан-Удэ**

**2021 г.**

**(1 Слайд)** Добрый день уважаемые коллеги.

 Тема семинара: «Организация совместной работы ДОУ и родителей обучающихся по формированию ЗОЖ у дошкольников».

**(2 Слайд)** Итак, дошкольный возраст - это период повышенного интереса к укреплению и сохранению здоровья детей, поэтому основной задачей воспитателей и специалистов, работающих с дошкольниками, является воспитание здорового ребенка с учетом психофизиологических принципов, возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также разработка и внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, формирование у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

 Чтобы беречь подрастающее поколение, обеспечить ему здоровое развитие, необходимо усилить внимание к занятиям физкультурой, проводить  систематическую работу по здоровьесбережению  ДОУ . Но для этого нужно, чтобы родители стали нашими помощниками в вопросах физического воспитания и оздоровления  детей.

 Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ повысит результативность воспитательно – образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

 Работа с родителями – это сложная и важная часть деятельности коллектива дошкольного образовательного учреждения, включающая повышение уровня педагогических знаний и умений родителей, помощь педагогов родителям в семейном воспитании для создания необходимых условий здоровьесберегающего воспитания детей; взаимодействие воспитателей и родителей в процессе развития и оздоровления детей.

**(3 Слайд) Принципы совместной работы с семьёй**

**по воспитанию здорового ребёнка:**

1. Основным принципом совместной работы с семьёй по воспитанию

здорового ребёнка для педагогического коллектива является принцип здоровьесбережения – основополагающий принцип деятельности ДОУ, который предполагает использование особых здоровьесберегающих педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья детей, построение целостной системы работы по здоровьесбережению с педагогами, детьми и родителями.

1. Принцип единства целей и задач. Цели и задачи воспитания здорового

ребёнка должны быть понятны и едины для воспитателей, специалистов, медиков и родителей.

1. Принцип системности и последовательности работы. В течение всего

года и всего периода пребывания ребёнка в детском саду в работе с родителями необходима системная и чёткая последовательность (этапность) в её организации.

1. Принцип индивидуального подхода. К каждому ребёнку и к каждой

семье на основе учёта интересов и способностей должен осуществляться индивидуальный подход как высшая степень дифференциации.

1. Принцип взаимного доверия и взаимопомощи педагогов и родителей

на основе доброжелательной критики и самокритики.

**(4 Слайд)** Предлагаю рассмотреть основные **задачи,** которые необходимо реализовывать в детских садах в системе работы с родителями по вопросам здоровьесбережения:

1. формировать у родителей уверенности в собственных психолого-педагогических способностях и возможностях;
2. систематизировать знания родителей в вопросах здоровьесбережения;
3. формировать умения сохранять и укреплять физическое, психическое, интеллектуальное и социальное здоровье своих детей;
4. обучать навыкам оздоровительного воздействия и взаимодействия всех членов семьи в системе здоровьесбережения ребёнка-дошкольника;
5. изучить особенности каждой семьи;
6. просвещение родителей в области педагогики, детской психологии, здоровьесбережения;
7. привлечь родителей к активному участию в деятельности дошкольного учреждения вообще и здоровьесберегающей в частности;
8. изучить семейный опыт воспитания и обучения детей и организовать обмен лучшим опытом.

**(5 Слайд) Пути решения задач.**

1. Создание единой системы психолого-педагогического образования

родителей по здоровьесберегающему направлению.

1. Определение содержания работы (рассматриваемых проблем по

здоровьесбережению).

1. Разработка и апробация интерактивных форм работы с родителями по

здоровьесбережению.

**(6 Слайд) Направления работы по реализации задач:**

1. ***Информационно-просветительская работа***. Проводится с целью,

регулярного и своевременного информирования родителей об актуальных проблемах, связанных со здоровьем детей-дошкольников; вести просветительскую работу среди родителей по вопросам здоровьесбережения.

1. ***Консультативная работа.*** Цель: организация работы по поддержке

каждой семьи в период адаптации для предупреждения возможных трудностей привыкания ребёнка к детскому саду. Проводить консультативную работу с родителями с привлечением специалистов.

1. ***Организационная работа.*** Проводится с целью вовлечь родителей в

воспитательно-образовательный процесс.

1. ***Диагностическая работа.*** Цель: изучение особенности семей и

уровень влияние на ребёнка членов его семьи. Взаимодействовать с родителями при изучении возрастных особенностей ребёнка-дошкольника.

 Как правило педагоги детских садов используют оптимальное сочетание форм сложившейся традиционной системы работы с родителями с нетрадиционными формами взаимодействия с семьёй, которые основываются на совместной деятельности и обмене опытом, мыслями, чувствами, переживаниями.

**(7 Слайд)** Это: психолого-педагогическое просвещение родителей на основе их дифференцирования в соответствии с образовательными запросами, уровнем психолого-педагогической культуры через информационные стенды и газеты для родителей. Информирование родителей о состоянии и перспективах работы отдельных групп и ДОУ в целом осуществляется на общих и групповых родительских собраниях и групповых консультациях.

 Большую помощь в ДОУ оказывают специалисты и медработники в системе консультативной работы, особенно в период адаптации детей к условиям детского сада и при наличии у некоторых из них каких-либо проблем с физическим, психическими, интеллектуальным или социальным здоровьем.

**(8 Слайд)** Включению родителей в воспитательно-образовательный процесс способствуют дни открытых дверей, привлечение родителей к проведению отдельных занятий, соревнований, праздников, развлечений, демонстрации личностных достижений воспитанников и др.

 Практически на всех мероприятиях проводятся: анкетирование, интервьюирование, тестирование, собеседование, обмен мнениями с целью обеспечения обратной связи, диагностики и мониторинга.

 Предлагаю вам рассмотреть следующие **формы работы** с родителями по данной теме:

**(9 Слайд)**

* ***Родительские собрания в нетрадиционных формах*** (игры, семинары-

практикумы, тренинги и др.). На **родительских собраниях** должны использоваться такие **методы и приемы**, которые активизируют внимание уставших **родителей**, способствуют более легкому запоминанию сути бесед, создают особый настрой на доброжелательный, открытый и деловой разговор. **Нетрадиционная методика проведения родительских собраний повышает интерес родителей** к вопросам воспитания детей, значительно увеличивает явку, активизирует **родителей** на решение проблем воспитания.

Такой подход позволяет давать **родителям**более глубокие знания по вопросам соответственно возрасту детей.

* ***Открытые занятия для родителей.*** Проводятся с целью познакомить

родителей со структурой и спецификой проведения занятий в ДОУ.

* Следующая форма работы с родителями – ***праздники здоровья****.*

 В системе массовых мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей и формирование здорового образа жизни, важная роль принадлежит дням здоровья**.** Проводят их один раз в месяц, в последнюю пятницу месяца в течение года.

Эти дни отличаются разнообразной и интересной двигательной деятельностью, насыщенной вариативностью стимулирующих и активирующих форм и приёмов, способствующих формированию двигательного опыта детей, укреплению здоровья, закаливанию организма.

На днях здоровья дети совместно с родителями приобретают опыт активного отдыха.

### ***Туристические походы***. Наряду с такими

### традиционными формами активного отдыха детей как физкультурный досуг, праздник, туризм является менее используемым в работе с дошкольниками. Это связано, в первую очередь, со сложностями в подготовке и проведении этой формы активного отдыха. Когда мы говорим о туризме – то подразумеваем, прежде всего, поход, а поход – это выход за пределы дошкольного учреждения, это организация медицинского контроля и безопасности детей. Тем не менее, туристский поход – это наиболее интересная, захватывающая, впечатляющая форма организации отдыха детей и двигательной активности. Походы в природное окружение создают условия для реализации природной активности, потребности в самоутверждении, предоставлении детям уникальной возможности развиваться, обогащать двигательный опыт, формировать у дошкольников приемы здорового образа жизни. С самого момента подготовки, организации и проведения мероприятия дети и их родители находятся на эмоциональном подъеме, испытывая радость и повышенную познавательную активность.

* ***Спортивные соревнования, праздники.***

 Методика организации  любого мероприятия - достаточно сложный процесс, включающий этапы подготовки, проведения и подведения итогов.
Подготовка к соревнованиям - это составление сценария, распределение  ролей и обязанностей между участниками, подбор музыкального сопровождения, оформление площадки или зала, подготовка спортивной формы, эмблем, приглашений и т.п. Возглавлять подготовительную работу может инструктор по физической культуре или воспитатель. Весьма ощутимую помощь способны оказать старшие братья и сестры, родители. Организаторы праздника определяют его вид в зависимости от сезона, возраста участвующих, наличия инвентаря, интересов детей.
 Длительность мероприятия определяется возрастом участвующих: 45-50 минут  для детей 4-5 лет; 60-90 минут для  детей 6-7 лет. Если в мероприятии участвуют  дети разного возраста и взрослые, то длительность участия детей определяется их психическими и физическими возможностями.

 Физкультурные мероприятия чаще всего проводятся во второй половине дня.

* Ещё одна интересная форма работы с родителями в области

здоровьесбережения – это ***«Семейный театр».***

 Семейный театр – это творческое объединение нескольких семей и педагогов детского сада, ориентированное на интеграцию традиций домашнего и общественного театров, и развитие воспитательного потенциала семьи.

 Семейный театр является специфической формой передачи опыта предшествующих поколений и особым педагогическим способом, охватывающим накопленную веками мудрость русского народа, создающим определенный жизненный уклад окружающей ребенка семейной микросреды.

 **(10 Слайд)** Таким образом, для решения проблемы сохранения здоровья воспитанников в ДОУ необходимо создавать условия и определять содержание работы с родителями, при этом повышая теоретические и практические знания педагогов и родителей в процессе проведения совместных мероприятий, внедрения в практику новых форм работы.

 Только такая комплексная, целенаправленная и многокомпонентная работа детского сада с **семьями** воспитанников может дать реальные эффективные результаты.

**14 (слайд)**

Педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса дошкольников; оснащение детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями.

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

* Ритмопластика.
* Динамические паузы Релаксация.
* Пальчиковая гимнастика
* Гимнастика для глаз
* Дыхательная гимнастика
* Бодрящая гимнастика

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья детей. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог « взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

**15(слайд)**

**Ритмопластика.** Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показаниям ребенка.

**16( Слайд)**

**Динамические паузы** проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида занятия.

**17( Слайд)**

**Подвижные и спортивные игры** проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате - малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

18**( Слайд)**

**Пальчиковая гимнастика** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

19**( Слайд)**

**Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Бодрящая гимнастика** проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.

**20( Слайд)**

**Технологии обучения здоровому образу жизни:**

**Утренняя гимнастика** проводится ежедневно. У детей формируются ритмические умения и навыки.

**Серия занятий «Азбука здоровья».** Как бы много воспитатели и родители ни делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, если к этому процессу не подключить самого ребенка. Он может многое сделать для себя самого, нужно только научить его этому. Для этого у нас проводятся занятия по познанию и индивидуальная работа по следующим темам: «Я и мое тело», «Мой организм», «Глаза - орган зрения», и т.д.

**Самомассаж** – это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Самомассаж проводится в игровой форме в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке делают его для ребенка доступным и интересным.

21**( Слайд)**

**Активный отдых.** При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.

22**( Слайд)**

**Физкультурные занятия** направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.

23**( Слайд)**

**Коррекционные технологии:**

**Артикуляционная гимнастика** – упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогает быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения. С детьми, имеющие дефекты звукопроизношения, должен заниматься логопед.

**Технология музыкального воздействия**. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей. Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включаю спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и прошу их закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обращаю внимание детей на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть их тела.

**Сказкотерапия** – используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используется кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети постарше также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.