

***«Взаимодействие педагогов  
ДОУ и родителей по сохранению  
психологического и физического  
здоровья детей»***

Педагог-психолог  
МБДОУ №15 «Ромашка»  
Марьясова Г.А.

# Цель семинара - практикума:

- систематизация знаний педагогов о психологическом здоровье и создании условий в учреждении для охраны здоровья детей.

# Актуальность

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования ориентирует педагога на образовательную практику, которая требует создания единого сообщества «семья – дети – педагог».
- Партнерские взаимоотношения – это условие сделать процесс воспитания и развития ребенка двусторонним и более качественным. С одной стороны, они способствуют оказанию реальной помощи родителям в повышении их педагогической компетентности, построении эффективных детско-родительских отношений и коррекции методов воспитания по мере взросления детей. С другой стороны, помогают педагогу выработать единый индивидуальный подход к ребенку, гармонизировать отношения детей, родителей и педагога.
- В Концепции дошкольного воспитания подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».
- С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.
- Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

# ПРИЧИНАМИ РЕЗКОГО СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ ЯВЛЯЮТСЯ:

- Резкое снижение жизненного уровня в стране в сочетании с социальной нестабильностью;
- Неблагоприятная экологическая обстановка в России;
- Стрессовая тактика педагогического воздействия;
- Ухудшение состояния здоровья матери;
- Дефицит двигательной активности;
- Несоблюдение элементарных физиолого-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- Недостаточная квалификация педагогов в вопросах охраны здоровья и физической подготовленности;
- Массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- Неполноценное питание;
- Отсутствие системы в работе по формированию здорового образа жизни.

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОО созданы следующие условия:

- Элементы спортивного зала в спальне, детская площадка на территории ДОО, имеется оборудование: мячи, шведская стенка, гантели, скакалки, мешочки с песком, дорожки здоровья.
- В своей работе воспитатель детского сада используют различные виды занятий, среди которых преобладают:
- сюжетно-игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной степени интенсивности;
- занятия-тренировки основных видов движений;
- занятия по традиционной схеме: водно-подготовительная часть, общеразвивающие упражнения, подвижные игры.
- Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

# Оздоровительные мероприятия и технологии в ДОУ

- правильный режим дня – воспитание с детства разумного отношения к здоровью;
- оздоровительные - физическая подготовка, закаливание, гимнастика в том числе психогимнастика;
- здоровьесберегающие технологии – это обеспечение оптимальной двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания;
- общеоздоровительные мероприятия – профилактическая работа (аромотерапия, полоскание рта отварами трав, и т.д.);
- технологии обучения здоровью – включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла;
- воспитание культуры здоровья - занятия по развитию личности воспитанников, мероприятия вне занятий, спартакиады, соревнования и пальчиковая гимнастика, музыкотерапия, смехотерапия, арттерапия, сказкотерапия и т.д.

## Проведение занятий по установленным правилам (СанПиН 2.4.1.2660-10 )

- В структуре каждого занятия по необходимо предусмотреть смену видов деятельности, перерыв для снятия умственного и физического напряжения продолжительностью 1-3 минуты. Конкретное содержание перерыва педагог в каждом случае определяет самостоятельно, ориентируясь на состояние детей. Это может быть динамическое упражнение с речевым сопровождением, или пальчиковая гимнастика, упражнение для глаз или упражнения на релаксацию, игры.

# Воспитание потребности детей в здоровом образе жизни

- Чтобы привить детям потребность в здоровом образе жизни они должны знать:
- значение здорового образа жизни;
- осознавать особенности функционирования организма, правила охраны органов чувств;
- обслуживать себя, анализировать свои поступки и поступки других детей;
- взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (жилища, улица) безопасна для жизни;
- научиться приемам самомассажа;
- усвоить и понять, какие привычки и почему представляют вред для здоровья и как правильно вести себя в обществе.



# Система оздоровительной работы в ДОУ

- Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно-оздоровительной деятельности: утренняя гимнастика в зале и в летний период времени на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре в зале и на воздухе; профилактика нарушений осанки и плоскостопия.
- Педагоги с учетом психовозрастных особенностей детей в группе:
  - подбирают упражнения для физкультминуток, бодрящей гимнастики и организации игр между занятиями;
  - подбирают оборудование физкультурного уголка;
  - организуют самостоятельную двигательную активность детей в группе и на прогулке;
  - оформляют рекомендации для родителей по организации двигательной деятельности в семье.
- Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.

# Технология проведения оздоровительных мероприятий

- **Утренняя гимнастика** – проводится ежедневно во всех возрастных группах детского сада в утренние часы.
  - Цель утренней гимнастики – разбудить ребенка, подготовить все органы для стабильной работы.
  - При планировании комплексов упражнений учитывается: возраст детей, количество повторов, исходное положение, количество упражнений; подбор упражнений для всех мышц тела (мышц рук, плечевого пояса, туловища, брюшного пресса, ног). Планируются упражнения на дыхание, внимание, игровые задания.
  - Комплекс упражнений планируется на 2 недели.
- **Релаксационные упражнения** помогают создать спокойное настроение, снять напряжение, возбуждение, сконцентрировать внимание, **расслабить** состояние мускулатуры.
- **Бодрящая гимнастика** после дневного сна начинается в постели с дыхательных упражнений.
- **Массаж рук, ушных раковин, головы и лица** – воздействие на активные точки улучшают ток крови и предотвращают простудные заболевания.

# Направления физкультурно-образовательной работы

1. Психолого-педагогическое образование родителей по вопросам физического развития ребенка.
2. Включение родителей в физкультурно-оздоровительный процесс ДОУ.
3. Помощь в освоении способов построения детско-родительских отношений в контексте физического развития.

- Каждое направление отражает три раздела:
- - задачи;
- - формы взаимодействия с родителями;
- - содержание работы.



# Психолого-педагогическое образование родителей

## Задачи:

1. Совершенствовать работу с родителями по их осознанному вхождению в образовательную деятельность ДООУ.
2. Создавать условия для непосредственного включения родителей в физкультурно-оздоровительный процесс.
3. Оказывать родителям квалифицированную помощь в освоении способов построения эффективных детско-родительских отношений через физическую культуру.
4. Оказывать психолого-педагогическую поддержку родителям с целью их педагогического образования.

## Содержание:

1. Первичный мониторинг - анкетирование, опросы родителей, их самоанализ по проблеме
2. Информационные формы взаимодействия с родителями.
3. Организационные формы взаимодействия с родителями:
  - Родительские собрания (планирование родителями своего участия в спортивных мероприятиях на месяц, квартал, год).
  - Просветительские формы взаимодействия с родителями:
    - работа школы «Молодых родителей»;
    - организация круглого стола «Педагоги и родители в процессе физического воспитания детей»;
    - совместные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»
    - информационные сообщения (грамоты) об успехах, достижениях детей в области физического развития.

# Включение родителей в образовательный процесс

- **Организационно-деятельностные взаимоотношения с родителями предусматривают:**

- привлечение родителей к мониторингу успешности физического развития детей;
- привлечение родителей к жизни ребенка в детском саду в режиме проектов;
- участие в разработке сценариев спортивно-музыкальных досугов, праздников;
- участие родителей в создании выставок рисунков о спорте, работа передвижных выставок «Спорт в нашей жизни»;
- участие в проведении городской спартакиады ДОУ.

- **Помощь в освоении детско-родительских отношений:**

- групповое, индивидуальное консультирование;
- посещение занятий.



## Вывод

- В МБДОУ №15 «Ромашка» созданы необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а так же для их расслабления и отдыха.
- На повышение двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры усовершенствованного двигательного режима и психовозрастных возможностей детей.
- Уменьшение удельного веса движений в режиме дня отрицательно сказывается на формировании всех систем и понижает защитные силы детского организма.
- Оптимизации двигательного режима в ДОУ отводится ведущая роль в воспитании здорового ребёнка.
- ***Помните! Наличие здорового будущего завтра – это постоянная забота о физическом, психологическом и социальном благополучии ребенка сегодня!***

# Литература:

1. Программа ДОУ «От рождения до школы» под ред. Васильевой. Вераксы, Комаровой.
2. Взаимодействие детского сада с семьей в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников/авт. Сост. Т.В. Гулидова, Н.А. Осипова.- Волгоград: Учитель, 2015г.
3. Майер А.А., Давыдова О.И., Воронина Н.В. 555 идей для вовлечения родителей в жизнь детского сада.-М.: ТЦ Сфера, 2011.
4. Энциклопедия педагогических ситуаций / под ред. Н,В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2011.