



семинар

Тема:

«Укрепление здоровья детей и
приобщение их
к здоровому образу жизни»



Здоровье – «бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдёшь до самой старости»

народная мудрость

Актуальность данной темы обусловлена потребностью государства в здоровой нации. Известно, что состояние здоровья детей дошкольного возраста является гарантом благополучия общества. Поэтому необходимо совершенствование и применение новых методов и приёмов, здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе ДОУ и семьи.



Задачи ФГОС ДОУ

- ✓ **охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;**
- ✓ **сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;**
- ✓ **формирование общей культуры воспитанников, развитие их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок учебной деятельности;**
- ✓ **обеспечение вариативности и разнообразия содержания образовательных программ и организационных форм уровня дошкольного образования с учётом образовательных потребностей и способностей воспитанников;**
- ✓ **формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;**
- ✓ **обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);**
- ✓ **обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;**
- ✓ **определение направлений для систематического межведомственного взаимодействия, а также взаимодействия педагогических и общественных объединений (в том числе сетевого).**

ПРОБЛЕМА

все родители мечтают, чтобы их дети были здоровыми, умными, добрыми и не для кого, ни секрет, что основной компонент данных качеств – здоровье. К сожалению, опрос семей воспитанников показал, то что в домашних условиях отработанная в детском саду система не всегда поддерживается, рекомендации педагогов и медиков игнорируются. В выходные и праздничные дни, во время каникул и отпусков многие родители предпочитают отдых за просмотром компьютера или телевизора, забывая о духовной близости «родитель – ребёнок». Ведь именно в семье, в кругу близких людей закладываются основы здоровья, воспитывается интерес к двигательной активности, склонности к конкретным видам спорта



Научная новизна и практическая значимость

- ✓ Создание нормативно-правовой базы по созданию здоровьесберегающего пространства «детский сад – семья», алгоритма управленческой деятельности.
- ✓ Разработка модели «Здоровый ребёнок» по сохранению здоровья детей и приобщению родителей к здоровому образу жизни.
- ✓ Разработка методической основы жизнедеятельности дошкольного учреждения, стратегии, концепции, целеполагания (структурной модели управления).
- ✓ Создание благоприятных условий для повышения педагогической и психологической грамотности родителей в воспитании и обучении детей дошкольного возраста.
- ✓ Разработка и применение на практике критериев показателей эффективности физического развития.
- ✓ Сотрудничество родителей и дошкольного учреждения, толерантность, изменение содержания форм взаимоотношений между родителями, детьми и работниками дошкольного учреждения.





Цель:

Воспитать физически, психически здорового и социально-адаптированного ребёнка с учётом климатических условий через создание единого здоровьесберегающего пространства «Детский сад – семья» и практической реализации модели ДООУ «Здоровый ребёнок» через приобщение родителей и детей к здоровому образу жизни.



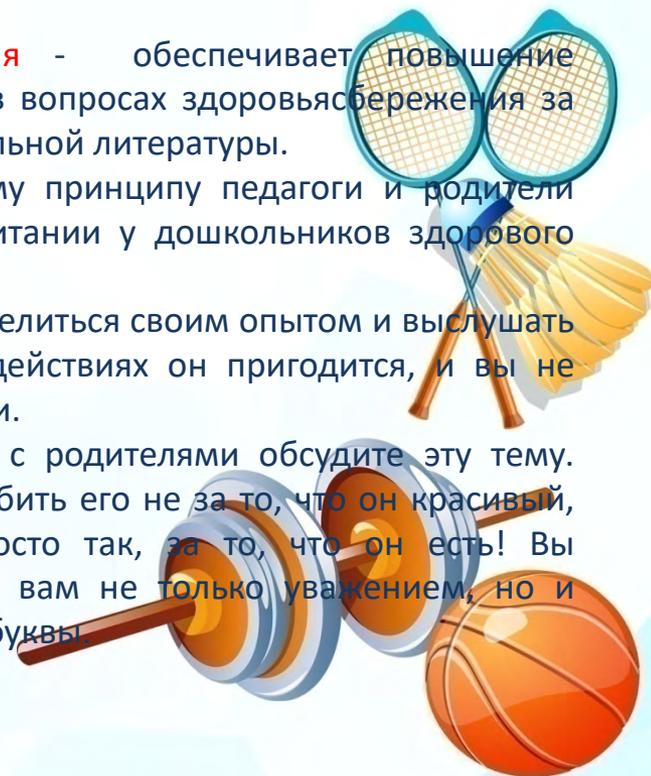
Задачи:

1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.
4. Приобщать детей и взрослых к полезному здоровьесберегающему досугу: (лыжи, плавание, походы, катание на коньках, походы на природе, проведение эстафет и т.п.)
5. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта.
8. Приобщать родителей к соблюдению в домашних условиях оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие.
9. Обеспечить квалифицированный подход к сохранению и укреплению здоровья детей их развития с учётом современных научных данных, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребёнка.



Принципы взаимодействия с семьёй

1. **Принцип партнёрства, взаимопонимания и доверия** – принцип без которого все попытки наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направить совместные действия на воспитание у ребёнка потребности в здоровом образе жизни. Чем чаще педагог жалуется на неудачи и неумения ребёнка, тем тяжёлее и поддержку со стороны родителей. В конечном счёте, педагог «расписывается» в бессилии и своей некомпетентности.
2. **Принцип «Активного слушателя»** - это умение педагога «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.
3. **Принцип согласованности действий** - правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой, в противной ситуации ребёнку невозможно усвоить правила здорового образа жизни.
4. **Принцип самовоспитания и самообучения** - обеспечивает повышение педагогической компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения за счёт средств массовой информации и специальной литературы.
5. **Принцип ненавязчивости** - благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнёрами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.
6. **Принцип жизненного опыта** - не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он пригодится, и вы не набьёте лишних «шишек» в общении с детьми.
7. **Принцип безусловного принятия** - вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно, принимать ребёнка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть! Вы почувствуете, как родители проникнутся к вам не только уважением, но и признанием за то, что вы педагог с большой буквы.



Необходимые условия по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду и дома

В семье	В ДОУ
1. По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.	1. В группе создавать условия для свободной двигательной деятельности детей
2. Желательно приобрести несколько настольно-печатных игр (учитывая возраст детей) по формированию привычки к здоровому образу жизни.	2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснять родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
3. Заранее согласовывать выполнение режима дня дома в выходные дни.	3. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек – как основу становления характера ребёнка.
4. Вспоминать о своём детстве и рассказывать какими видами спорта вы любили заниматься, в какие подвижные игры вы играли со сверстниками.	4. Оказывать постоянное внимание и проявлять уважение к выбору подвижных игр. Привлекать детей, обучающихся в различных спортивных секциях к взаимообучению сверстников.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20+22° С	
6. Дома оборудовать рабочее место ребёнка, правильно расположив его по отношению к окну.	6. Соблюдение требований СанПиН а по организации жизни детей в ДОУ.
7. Добиваться самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур.	
8. Уделять особое внимание культуре поведения ребёнка за столом.	
9. Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендации врача.	
с использованием домашних условий	с условиями образовательного учреждения

10. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.

10. Пропагандировать среди родителей детскую литературу, являющуюся педагогически ценной.

11. Личный пример взрослых родителей и педагогов – мы за здоровый образ жизни: отказ от вредных привычек; участие в спортивных соревнованиях; пешеходные прогулки; здоровое питание; соблюдение режима дня; двигательная активность и т.п.

12. По мере возможности расширить сферу реальных контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.

12. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни.





**МАМА, ПАПА, САД И Я –
ВМЕСТЕ ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ.**

НАШ ДЕВИЗ:

**Здоровье – это спорт и
смех.**

**Ждёт семью большой
успех !**



Лыжные прогулки

В развитии и формировании у ребёнка привычки к здоровому образу жизни большое значение имеет физическое воспитание, укрепление сил и здоровья, выработка правильной осанки, привитие санитарно-гигиенической культуры.



«Нам завидуйте друзья –
Мы спортивная семья
Мама быстрая как лань
Папа наш силач –
Быстро бегают он в гору
Ну, а вместе мы –
И быстры и ловки
Вот, что значат
тренировки!»

Катание с горки на санках



В цель снежинками попадай,
В санках с горки быстро
мчись

И на лыжи становись!

Вот здоровья в чём секрет!

Будь здоров!

Физкульт – привет!

Походы на природу



Плавание в бассейне

- Укрепляет нервную систему

- Закаливает организм ребёнка



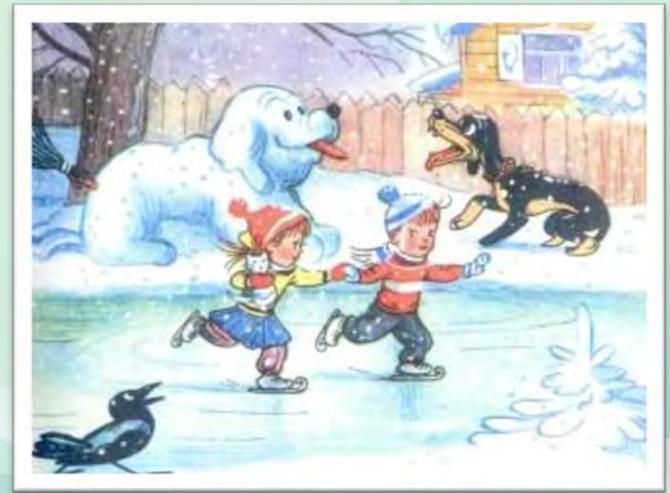
- Укрепляет здоровье

- Создаёт положительный эмоциональный фон

- Помогает правильно развиваться ребёнку

- Улучшает аппетит





Катание на коньках



Эстафеты, конкурсы, соревнования





**Спасибо
за внимание!**