

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт педагогики и психологии детства
Кафедра педагогики и психологии детства

**Сохранение и укрепление здоровья детей в условиях
взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей**

Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа
допущена к защите:
Зав. кафедрой Е.В. Коротаева

дата

подпись

Исполнитель:
Дудина Екатерина Васильевна,
обучающийся БУ-46z группы

подпись

Научный руководитель:
Сулимова Наталья Петровна,
канд. пед. наук, доцент

подпись

Екатеринбург 2018

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... | 6 |
| 1.1. Понятие здоровья в современных исследованиях: определение, структура..... | 6 |
| 1.2. Принципы, направления, формы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации | 11 |
| 1.3. Формы и методы взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей по сохранению и укреплению здоровья детей..... | 20 |
| ГЛАВА 2. ПРАКТИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ С СЕМЬЕЙ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА... | 29 |
| 2.1. Изучение опыта работы дошкольной образовательной организации по сохранению и укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста..... | 29 |
| 2.2. Рекомендации по сохранению и укреплению здоровья детей в дошкольной образовательной организации..... | 42 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 50 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ..... | 52 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 1..... | 57 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 2 | 71 |

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье сегодня рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние тела, которое позволяет человеку активно добиваться в своей жизни успеха в различных видах деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой, необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства.

Дошкольный возраст является важным этапом в формировании навыков человека. От рождения до семи лет у детей закладываются основы здоровья и гармоничного физического развития. Растить детей здоровыми, жизнерадостными, сильными – это задача не только родителей, но и любой дошкольной образовательной организации.

Болезненный, физически плохо развитый ребенок, как правило, задерживается в развитии: плохая память, быстрая утомляемость, задержка в речевом развитии, внимание. У такого ребенка, часто нет настроения, процессы социализации и адаптации плохо проходят. Физическая слабость, также вызывает множество нарушений в деятельности организма, что не только приводит к снижению работоспособности, но и ослабляет волю ребенка. Рассматривая в данном исследовании основы здоровья детей дошкольного возраста, акцент в первую очередь, будет сделан на физическое здоровье.

Поскольку грамотно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего самочувствия, профилактике заболеваний, улучшению деятельности внутренних органов и систем организма ребенка, активизации коммуникативного взаимодействия в группе и обществе, дает хорошую основу для развития способностей личности ребенка. Поэтому необходимо развивать физическое воспитание детей дошкольного возраста новыми приемами, методами и формами, которые соответствуют требованиям времени, общества и государства.

Вопросы воспитания здоровых детей были и остаются наиболее

актуальными в практике общественного и семейного воспитания. В этой связи представлены часто задаваемые вопросы по улучшению и поиску оригинальных форм, средств и методов воспитания здоровых детей дошкольного возраста

Таким образом, в зависимости от актуальности проблемы, тема этого исследования была определена: «Сохранение и укрепление здоровья детей в условиях взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей»

Объект исследования: процесс сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: направления, формы и методы взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Цель исследования – разработать рекомендации по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста во взаимодействии дошкольной образовательной организации с родителями.

Задачи исследования:

1. Провести анализ психолого-педагогической литературы по вопросам сохранения и укрепления здоровья современных детей дошкольного возраста
2. Выделить основные формы и методы работы дошкольной образовательной организации по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста
3. Определить содержание работы по сохранению и укреплению здоровья детей в дошкольной образовательной организации
4. Разработать проект по работе с родителями с целью сохранения и укрепления здоровья детей.

Методы исследования: теоретические – анализ и обобщение научной литературы по проблеме исследования; эмпирические – наблюдение, изучение документации, анкетирование.

База исследования: Муниципальное автономное дошкольное

образовательное учреждение – Детский сад № 122 «Маячок», город Нижний Тагил, Свердловская область.

Структура работы состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Понятие здоровья в современных исследованиях: определение, структура

На сегодняшний день согласно ФГОС ДО воспитание здоровых детей дошкольного возраста занимает ведущее место в воспитательно-образовательном процессе.

Здоровье детей дошкольного возраста в России стало резко ухудшаться в XXI веке о чем говорят последние данные Министерства образования и науки Российской Федерации. Число здоровых детей снизилось на 8,1%, также наблюдается увеличение числа детей с нарушением физического развития на 6,75%, что может привести к нежелательным патологиям [17, с. 65].

Увеличилось количество детей, страдающих следующими нарушениями, заболеваниями:

- аллергические заболевания;
- нарушение нервной системы;
- заболевание органов пищеварения;
- нарушение опорно-двигательного аппарата.

Здоровье подрастающего поколения можно отнести к приоритетному направлению т.к. на сегодняшний день наблюдается увеличение детей с хроническими заболеваниями - 1/3 часть детского населения, что составляет 40% [17, с. 65].

Одной из главных задач дошкольной образовательной организации является создание условий, гарантирующих поддержание и укрепление здоровья детей.

В.П. Петленко один из основоположников науки о здоровье,

достаточно полно дал характеристику о понятии здоровья. «Здоровье представляет собой нормальное психосоматическое состояние человека, способное реализовать свой потенциал телесных и духовных сил и оптимально удовлетворить систему материальных, духовных и социальных потребностей» [34].

Здоровье – многокомпонентное понятие. Целесообразно выделение следующих компонентов здоровья.

Биологическая программа индивидуального развития человека с различными базовыми потребностями и на разных этапах жизни, которые служат правильному развитию человека – это соматическое здоровье т.е. текущее состояние организма.

Также организм имеет способность к самоорганизации – умение сохранять индивидуальное существование. К самоорганизации также относится самообновление, самоорганизация и самовосстановление.

Состояние организма, при котором весь организм и внутренние органы в целом осуществляют свои функции – физическое здоровье, которое является важным компонентом в здоровье человека.

Чтобы организм обновлялся ему необходимо иметь взаимосвязь с внешней средой, информацией и энергией. Человеческое тело в процессе самосовершенствования предотвращает его разрушение.

Физическое здоровье вызвано способностью организма к саморегулированию. «Живой организм - это саморегулирующая система благодаря чему совершенствуется вся координация всех функций» [6]. Саморегулирование является сущностью биологической формы развития, т. е. жизни. Свойство биологических систем позволяет устанавливать и поддерживать на определенном, относительно постоянном уровне те или иные биохимические-физиологические или другие биологические показатели (константы), например, постоянство температуры тела, артериального давления, сахара в крови и так далее. Поддержание степени упорядоченности проявляется в относительном динамическом постоянстве

внутренней среды организма – homeostasis (homeostasis; греч. homoios-похожий, подобный + греческий. stasis-неподвижность,).

Следует помнить, что в биологической системе самоорганизация проявляется и в способности к самовосстановлению. Это качество связано, прежде всего, с регенерацией и наличием нескольких параллельных регуляционных эффектов в организме на всех уровнях его организации. Компенсация дефицитных функций за счет этих параллелей позволяет противостоять организму в условиях повреждения, мера компенсации при этом отражает уровень жизнеспособности – его физическое здоровье.

Н.А. Амосов отмечает: «Здоровье – естественное состояние организма, характеризующееся его уравниванием с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных явлений» [6].

По мнению Амосова, «здоровье – это естественное состояние организма, характеризующееся его уравниванием с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, душевного и социального благополучия, наличие у человека достаточного количества энергии, энтузиазма и настроения для выполнения или завершения дела» [6].

Здоровье характеризуется биологическим потенциалом (наследственными возможностями), физиологическими резервами жизнедеятельности, нормальным психическим состоянием и социальными возможностями реализации от лица всех запасов (генетически детерминированные).

Выделяют психологическое здоровье, которое определяет психическое, эмоциональное благополучие человека.

По мнению Л.А. Абрамяна, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной, эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста можно определить как стабильное эмоционально-позитивное благополучие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: биологических и социальных.

По мнению М.Ю. Стожаровой, «один из основных показателей эмоционального благополучия детей – физическое здоровье» [11, с.4].

Когда речь идет об области эмоционального развития, эмоциональное чувство становится основой, которая «питает» все проявления активности ребенка, усиливая и проводя эту деятельность или, наоборот, ослабляя и даже блокируя ее.

Обобщенный портрет психологически здорового человека - творческий, открытый человек, веселый, который познает себя и мир умом, интуицией, чувствами. Такой активный человек смело берет на себя ответственность за жизнь, находится в постоянном развитии.

Большинство людей с детства так привыкли к состоянию, обозначенному здоровьем, что задумываются о нем уже тогда, когда оно сильно и основательно «подорвано» и человек вынужден обратиться к врачу.

Здоровье человека закладывается с детства и по данным Ю.П. Лисицина, условно состоит: 50% – образ жизни, 20% – наследственность, 20% – состояние окружающей среды и около 10% – возможности медицины и здравоохранения. Важное место в сохранении здоровья занимает физическая культура и спорт [25].

В современной литературе существует более ста определений термина «здоровье». В Уставе Всемирной организации здравоохранения: «здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков». Виды здоровья: физическое, общественное и индивидуальное [25].

«Физическое здоровье - это естественное состояние организма, вызванное нормальным функционированием всех его органов и систем» [25]. Когда все органы и системы работают хорошо, все человеческое тело (саморегулирующаяся система) работает правильно и развивается.

Ю.П. Лисицин выделил факторы здоровья:

- генетика;
- условия и образ жизни;
- экология;
- двигательная, физическая активность;
- психологический климат;
- питание [25].

Существует концепция индивидуального и общественного здравоохранения.

«Общественное здоровье - это оценка демографического показателя (рождаемость, смертность, продолжительность жизни и заболеваемость)» [8].

Физическое здоровье (индивидуальное) - это наличие или отсутствие заболевания:

- степень сопротивления тела;
- уровень функционирования основных систем организма;
- уровень физического развития.

Образ жизни человека – это те социально-философские категории, которые интегрируют представления о том или ином виде деятельности (жизнь, работа, форма удовлетворенных потребностей, правила индивидуального и общественного поведения).

Здоровый образ жизни объединяет в себе все, что способствует выполнению человеком различных функций, ориентации человеческой деятельности в сторону сохранения и укрепления здоровья [39].

Компоненты здорового образа жизни

1. Осознание самого человека, а также осознание необходимости укрепления его здоровья.
2. Организация оптимальной двигательной активности.
3. Рациональное питание с учетом особенностей региона.
4. Соблюдение гигиенических правил в отношении себя и в общении с окружающими.

5. Соблюдение правил техники безопасности в различных жизненных ситуациях.

6. Отказ от вредных привычек [16].

Составляющие здорового образа жизни детей дошкольного возраста:

- личная гигиена;
- оптимальный двигательный режим;
- закаливающие процедуры [16].

Установка на здоровый образ жизни формируется в результате определенных педагогических воздействий.

В течение последних 15-20 лет используется термин «здоровьесбережение». Это определенный комплекс условий, средств, действий и технологий, которые направлены на укрепление психофизического и психологического здоровья детей.

Воспитатели, заботящиеся о здоровье, определяют важность формирования культуры здоровья, в том числе ценностного отношения к здоровью [17].

Таким образом, в дошкольном возрасте важно решать общие задачи физического воспитания: оздоровительные, воспитательные и образовательные.

Главная задача физического воспитания детей дошкольного возраста – охрана и укрепление здоровья.

1.1. Принципы, направления, формы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации

Многие авторы выделяют следующие основные направления, характерные для деятельности дошкольной образовательной организации по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста:

1. Формирование основ двигательной и гигиенической культуры.

2. Охрана жизни, укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, их физическое развитие.

3. Обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливанию и укреплению детского организма.

4. Взаимодействие дошкольной образовательной организации с семьей для обеспечения полноценного развития детей, оказание консультативной помощи родителям.

5. Организация рационального питания детей дошкольного возраста.

6. Рациональная организация учебного процесса в соответствии с программой, санитарными нормами и гигиеническими требованиями.

Ю.Ф. Змановский выделил несколько основных принципов создания оздоровительного режима, для детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации:

1. В течение дня должна быть двигательная активность, достаточная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

2. Организация достаточно продолжительного сна детей.

3. Организация режима дня в соответствии с сезонными особенностями [19].

Защита и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни являются главной задачей для педагогов. В связи с этим необходимо организовать разностороннюю деятельность, дошкольной образовательной организации в направлении по сохранению здоровья детей дошкольного возраста, реализацию комплексных образовательных, оздоровительных и медико-профилактических мероприятий [10].

Планомерное сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, осуществляется в нескольких направлениях:

– медицинское направление, лечебно-профилактическое (профилактика заболеваний, календарь профилактических прививок, витаминизация, анализ заболеваемости);

– оздоровительное направление, на педагогический процесс (с учетом гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения, бережное отношение к нервной системе ребенка, учет индивидуальных способностей и интересов, создание условий для самореализации, ориентация на ближайшую зону развития ребенка) [46, с. 29];

– социально-психологическое направление (особенности психической безопасности личности детей дошкольного возраста (оптимальный моторный режим, правильное распределение физических и интеллектуальных нагрузок, использование техники релаксации в режиме дня, применение необходимых средств и методов: элементов психогимнастики, тренингов, музыкальная терапия);

– формирование валеологической культуры ребенка, основы валеологического сознания (знания о здоровье; воспитывать сознательное отношения к здоровью и к жизни) [46, с. 28].

Главная задача дошкольной образовательной организации – охрана и укрепление психического и физического здоровья детей. Поэтому работа по сохранению и укреплению здоровья детей является актуальной и занимает важное место в системе воспитательно-образовательного процесса в дошкольной образовательной организации. Эмоциональное благополучие и психофизическое здоровье ребенка во многом зависит от среды, в которой он живет и воспитывается. Психическое здоровье является составной частью здоровья и рассматривается как набор психических свойств, которые обеспечивают динамическое равновесие и возможность выполнения социальных функций ребенка. Поэтому необходимо создать условия, обеспечивающие психологическое здоровье дошкольника, гуманное отношение к детям и индивидуальный подход с учетом их личных особенностей, психологического комфорта, интересной и осмысленной жизни в детском саду. Воспитатели детского сада, должны заложит основы здорового образа жизни, используя различны формы

работы. Забота о здоровье детей дошкольного возраста, складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Воспитатель, должен создать в группе условия для охраны и укрепления психофизического здоровья детей и их эмоционального благополучия, для удовлетворения природных потребностей детей в движении. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни. Развивать выносливость, стойкость и защитные силы организма ребенка. Педагоги организуют работу с детьми дошкольного возраста с учетом личных особенностей, интересов, предпочтений рекомендаций специалистов. Оздоровительная работа в группах проводится в соответствии с возрастом детей дошкольного возраста, в определенной последовательности и нагрузка равномерно распределена в течение всего дня. Наиболее контролируемым фактором внешней среды является, двигательная нагрузка, влияние которой внутри оптимальных значений может иметь целенаправленный эффект на оздоровление [42].

В дошкольном возрасте роль питания особенно важна. Когда образуется пищевой стереотип, закладываются типологические особенности взрослого человека. Именно поэтому от правильно организованного питания в дошкольном возрасте во многом зависит состояние здоровья [11].

Рациональное питание детей дошкольного возраста, является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка, оказывает непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, здоровье ребенка, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.

Организация рационального питания, соблюдение режима питания в дошкольной образовательной организации и дома включает следующее:

- индивидуальный подход к детям (у аллергических детей отдельное меню);
- разнообразие и сбалансированное питание;

- калорийность питания;
- гигиена приготовления пищи и еды [11].

Основными составляющими компонентами здорового образа жизни детей дошкольного возраста являются:

- закаливание тела;
- рациональный режим дня;
- утренняя гимнастика, зарядка после сна;
- физкультминутки во время занятий;
- спортивные праздники, соревнования, подвижные игры;
- походы и экскурсии;
- работа с родителями;
- рациональная двигательная активность;
- правильное питание [47].

Среди основных направлений деятельности воспитателей детского сада по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста можно выделить следующие.

Режим дня

Под режимом дня понимается научно обоснованный порядок жизни, который предусматривает рациональное распределение времени и последовательность, различных видов деятельности и отдыха. При правильном и строгом соблюдении режима дня, создается четкий ритм функционирования организма. Это, в свою очередь, создает лучшие условия для работы и отдыха, и, следовательно, для укрепления здоровья. Режим дня должен соблюдаться с первых дней жизни. От этого зависит правильное развитие и здоровье человека.

При выполнении режимных моментов необходимо соблюдать следующие правила:

- гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, кровати;
- формирование культурных и гигиенических навыков;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого

ребенка;

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (сон, питание);

- привлечение детей к активному участию в процессах режима [10].

Утренняя гимнастика – это комплекс физических упражнений, выполняются утром, с целью разминки мышц и суставов. Гимнастика укрепляет здоровье, улучшает общее самочувствие, дает заряд бодрости, повышает настроение и работоспособность. Чтобы повысить интерес детей к утренней гимнастике и разнообразить двигательную активность, необходимо изменить ее форму и место проведения:

- комплекс музыкально-ритмических упражнений с ленточками, обручем, мячом, флажком, кубиком;

- обыгрывание какого-нибудь сюжета;

- упражнения на полосе препятствий (оздоровительный бег, прыжки, подскоки, переползти через дугу);

- в летний период утренняя гимнастика проводится на свежем воздухе и можно провести в форме оздоровительной пробежки;

- гимнастика игрового характера включает 2-3 подвижные игры [42].

Реализация физкультурно-оздоровительного направления, включает в себя базовые формы физического воспитания:

- комплекс оздоровительных мероприятий в дневном режиме в зависимости от времени года;

- нацеленность образовательного и воспитательного процесса на физическое развитие детей дошкольного возраста и их валеологическое образование (в качестве приоритета в работе дошкольной организации);

- создание оптимальных педагогических условий пребывания детей в дошкольной образовательной организации;

- формирование подходов к взаимодействию с семьей и развитие социального партнерства [46, с.28].

Формы физкультурной деятельности:

1. Подвижные игры, представляют собой активную деятельность ребенка, характеризующуюся точным и своевременным выполнением заданий, которые связаны с обязательными для всех правилами игры. Подвижные игры являются отличным средством для развития и улучшения основных движений детей дошкольного возраста, укрепления их тела. Быстрая смена ситуации в процессе игры обучает ребенка использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией. С помощью игр улучшается физическое развитие ребенка, он становится активнее. Движение, в свою очередь, помогает тому, что у ребенка улучшается процесс обмена веществ, усиливается кровообращение. Подвижные игры, проводятся каждый день в помещении и на прогулке с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста.

Детские активные игры можно разделить на три относительно независимых вида:

- подвижные игры (сюжетные и бессюжетные);
- спортивные игры (городки, баскетбол, футбол, пионер бол);
- игры с пением и хороводные [35].

2. Физкультурные спортивные праздники и развлечения. В системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольной образовательной организации существуют различные формы организации активного отдыха, детей дошкольного возраста. Спортивные праздники, являются эффективной формой активного отдыха детей, которая зарекомендовала себя как наиболее подходящая и эффективная форма организации активного отдыха детей. Во время спортивных праздников все дети принимают активное участие в подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцевальных постановках, музыкально-ритмических движениях. Спортивные праздники проводятся один раз в месяц в каждой возрастной группой. Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре проводится в младшей группе три раза в неделю в физкультурном зале. Со второй младшей группы дети начинают посещать

бассейн и добавляется занятие по физической культуре на свежем воздухе.

Существуют несколько видов занятий:

- традиционные занятия – состоят из трех частей: вводная (ходьба, бег, прыжки), основная часть (общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижная игра), заключительная часть (релаксация и игра малой подвижности);

- сюжетно-ролевые занятия – использование имитаций и образных сравнений, музыкального сопровождения, увлекательность сюжета, общение с игровыми персонажами;

- контрольно-тренировочные занятия;

- занятия на свежем воздухе;

- занятия-соревнования [8].

3. Физкультминутки представляют собой короткий комплекс упражнений для снятия напряжения мышц, улучшения кровообращения, активизация дыхания. Это наиболее эффективный способ, который предупреждает утомление. Для детей это способ восстановить работоспособность, минутка отдыха, здорового и активного [35]. Физкультминутка для детей дошкольного возраста проводится в виде веселых игровых действий, которые продолжаются около 2 минут. Виды физкультминуток:

- физкультминутки-разминки;

- физкультминутки для глаз;

- пальчиковая гимнастика;

- упражнения для расслабления;

- дыхательная гимнастика [42].

4. Закаливание детей дошкольного возраста. В дошкольной образовательной организации закаливание осуществляется естественными факторами. Самый доступный и щадящий вид закаливания – это воздушные и солнечные ванны. Повышается не только стабильность, но и способность организма развивать компенсаторные функции, повышать его

работоспособность. Для развития навыков закаливания организма необходимо повторное и более длительное воздействие на организм определенного метеорологических факторов (холод, тепло). Благодаря повторным действиям факторов закаливания прочнее развиваются условно рефлекторные связи. Когда закаливание проводится систематически и по расписанию, оно хорошо влияет на организм ребенка. Улучшает активность его систем и органов, устойчивость к различным заболеваниям простудного характера. Следует начинать с раннего детства и продолжать всю жизнь, меняя формы и методы в зависимости от возраста, придерживаясь следующих принципов:

- постепенность (постепенное увеличение нагрузки);
- интенсивность (увеличение времени воздействия);
- регулярность выполнения;
- целостность процедуры закаливания должны воспринимается шире, чем просто ходить босиком. Это продолжительные прогулки в любую погоду, сон при открытом окне;
- позитивное эмоциональное отношение ребенка [42].

Задачи при закаливании детей дошкольного возраста:

- улучшать выносливость организма в борьбе с болезнями;
- приучать чувствовать себя хорошо в различных меняющихся условиях;
- воспитывать у детей потребность в свежем воздухе.

Традиционные виды закаливания детей:

- утренний прием на улице, гимнастика;
- воздушные ванны;
- сон с открытыми окнами;
- хождение по массажным коврикам после дневного сна;
- хождение босиком;
- умывание прохладной водой;
- полоскать рот прохладной водой;

- оздоровительная прогулка;
- солнечные ванны [42].

5. Гимнастика после дневного сна представляет собой комплекс мероприятий, которые облегчают переход от сна к бодрствованию с правильным руководством по оздоровлению. В результате грамотного выполнения комплекса гимнастики после сна возникает оптимальная возбудимость нервной системы, улучшается работоспособность сердца, повышается кровообращение и дыхание, что обеспечивает повышенную подачу питательных веществ и кислорода в клетки. Виды гимнастики после дневного сна:

- разминка в кровати и самомассаж;
- гимнастика игрового характера;
- гимнастика с тренажерами и спортивного комплекса;
- ходьба по массажным дорожкам [38].

Таким образом, мы рассмотрели основные принципы, направления, формы укрепления и сохранения здоровья детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации.

1.3. Формы и методы взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей

В настоящее время современные родители, очень заняты и загружены активным образом жизни. Поэтому зачастую они считают, что детский сад – это настоящая опора и надежный помощник в воспитании детей. Проблема воспитания, развития и образования здорового ребенка не может быть решена полностью без активного участия родителей.

Формы сотрудничества дошкольной образовательной организации и семьей являются:

1. «Родительские собрания – это самая эффективная форма

взаимодействия с семьей, тему собрания, определяют воспитатели вместе с родителями» [15]. Собрания проводятся общие для родителей всего дошкольного образовательного учреждения и групповые. Общие собрания организуются 2-3 раза в год. На собраниях обсуждают задачи на новый учебный год, результаты учебной работы, вопросы физического воспитания и летнего оздоровления детей. На общих собраниях выступает заведующая детским садом, старший педагог, инструктор по физической культуре, медицинский работник, музыкальный руководитель.

2. Совместные спортивные праздники, досуг, дни здоровья, походы позволяют приобщать к здоровому образу жизни не только детей дошкольного возраста, но и их родителей. Спортивные праздники способствуют улучшению двигательных навыков детей, формированию интереса и потребности в физических упражнениях, способствуют сплоченности детей и родителей. Туристические походы - одна из самых активных форм совместного отдыха. Детям очень нравится ходить в лес, для детей дошкольного возраста это - общение с природой, изменение ситуации, психологическая разгрузка и физическая деятельность. Походы сближают родителей, детей и воспитателей дошкольной образовательной организации, дают прекрасную возможность создать атмосферу взаимопонимания и сотрудничества.

3. Дни открытых дверей являются довольно распространенной формой работы. Такие мероприятия, позволяют родителям ознакомиться с дошкольной образовательной организацией, ее традициями, правилами, особенностями воспитательной и образовательной работы. Дни открытых дверей проводится как экскурсия по дошкольной образовательной организации с посещением групп, методического кабинета, спортивного зала, бассейна и медицинского кабинета. Родители могут наблюдать за режимными моментами дошкольной образовательной организации: утренняя гимнастика, завтрак, развивающие занятия, за организацией питания, сна.

4. Домашние задания позволяют повысить двигательную активность детей, дать родителям конкретные советы для выполнения упражнений в домашних условиях с детьми дошкольного возраста.

5. Совместный просмотр видеороликов о здоровье, питании, заболеваниях, прививках, обсуждение проблем питания, что позволяет обсуждать конкретные проблемы, искать пути их решения.

6. Передача опыта семейного воспитания - может осуществляться через различные конференции, общение, выставки на которых родители будут обмениваться опытом между собой, чтобы узнать о досуге своих детей.

7. Составление педагогической библиотеки – научная методическая литература для работы дошкольной образовательной организации и родителей. Приобщать родителей к педагогической литературе – это значит находить точки соприкосновения в воспитании детей. Поэтому в дошкольной образовательной организации и в конкретной группе необходимо иметь педагогическую библиотеку, в которой должна быть литература по различным вопросам сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. Традиционные папки-передвижки, обсуждение отдельных книг, заседания дискуссионного клуба, на родительском собрании. Задача воспитателя – привлечь родителей, развить интерес к педагогической литературе и помочь выбрать в потоке современных изданий надежные в теоретическом плане источники.

8. Издание газеты, где предлагаются актуальные вопросы оздоровления ребенка, предлагаются диагностические материалы и рекомендации для родителей [21].

Методы организации воспитательной работы и просвещения родителей:

1. Интерактивный метод – это анкетирование, круглый стол, дискуссия, консультации специалистов.

2. Традиционный метод – это проведение родительских собраний,

семейные спортивные праздники «Мы за здоровый образ жизни», вечера развлечений «В гостях у доктора Айболита».

3. Просветительский метод: использование средств массовой информации для просвещения деятельности дошкольного образовательного учреждения, по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, организация клуба «Здоровая семья», папки-передвижки для родителей, выпуск бюллетеней, информационных листовок [22].

Сотрудничество дошкольной образовательной организации и семьей, основано на следующих основных положениях:

1. Единство, цели и задачи, достигается тогда когда воспитания здорового ребенка, хорошо понимают воспитатели дошкольной образовательной организации и родителями. Когда семья знакома с базовым содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы, а педагоги используют опыт семейного воспитания.

2. Согласованность и системность работы по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста (в соответствии с учебным планом) в течение всего года и всего дня пребывания ребенка в детском саду.

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

4. Взаимное доверие и понимание педагогов и родителей на основе дружественной критики и самокритики. Укрепление авторитета воспитателя в семье и родителей в детском саду [22].

В соответствии с этими основными направлениями систем взаимодействия с семьей включает:

1. Знакомство родителей с результатами мониторинга, диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития.

2. Составление индивидуальных программ и планов оздоровления

детей дошкольного возраста.

3. Целенаправленная санитарно-просветительская работа которая способствует общегигиеническим требованиям, необходимости рационального сбалансированного питания, закаливания, оптимального регулирования температурного режима.

4. Знакомство родителей с содержанием физической и оздоровительной работы в детском саду.

5. Знакомство родителей с терапевтическими и профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольной образовательной организации, обучение детей дошкольного возраста, отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. Для ознакомления родителей, хорошо использовать информацию в родительских уголках, папках-передвижках, библиотеке детского сада.

7. Консультации, дискуссии с участием психолога, старшего педагога, медицинского работника, специалистов по физической культуре, а также родителей с опытом семейного воспитания.

8. Семинар-практикум, игры, тренинги «дни открытых дверей» для родителей с просмотром видео роликов, различных мероприятий в спортивном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур [21].

Методы сотрудничества дошкольной образовательной организации и семьей [21].

1. Беседа с родителями – это наиболее эффективный метод информирования родителей о жизни ребенка в группе. Цель, педагогической беседы, оказать родителям своевременную помощь, по любому вопросу, обмен мнениями. Регулярно сообщая родителям даже о незначительных результатах ребенка. Уделять внимание достоинству детей дошкольного возраста, педагог способствует созданию положительного взгляда родителей на ребенка, учит наблюдать успехи ребенка, правильно реагировать на них. Беседы с родителями могут быть индивидуальными и групповыми. Цель беседы – привлечь родителей к

совместному труду.

2. Консультации для родителей, их можно проводить индивидуально или для подгруппы родителей. На групповые консультации можно приглашать родителей разных групп, которые имеют одну и ту же проблему или, наоборот, прогресс в воспитании. Цель консультации, заинтересовать родителей осуществлять целенаправленную работу по развитию детей дошкольного возраста. Формы консультаций различны – обсуждение, общение со специалистами, практическое занятие, тестирование, тренинги.

3. Наблюдение за ребенком в дошкольной образовательной организации поможет воспитателю многое узнать об особенностях воспитания, характера, микроклимата, коммуникации детей.

4. Анкетирование – помогает определить наиболее эффективные формы работы с родителями, выявить вопросы воспитания и развития детей, которые вызывают трудности у родителей.

5. Метод посещения семьи ребенка позволяет увидеть, в каких условиях растет ребенок дома, как он ведет себя. Воспитателю необходимо заранее согласовать с родителями время, и определить цель визита.

Итак, основой взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи является сотрудничество. Воспитатели дошкольной образовательной организации выступают в качестве инициаторов установления этого сотрудничества, потому что они профессионально подготовлены к педагогической работе. Успех воспитателей зависит от общения с родителями, согласованности и непрерывности в воспитании детей дошкольного возраста. Педагоги понимают, что это сотрудничество необходимо в интересах ребенка и важно убедить родителей в этом.

Родители должны понять, что участие семьи в спортивных мероприятиях имеет большое значение: в такой семье растет здоровый, активный ребенок.

Важно, чтобы родители принимали непосредственное участие в

жизни детского сада, помогали в осуществлении образовательного и воспитательного процесса. Участие родителей в жизни детского сада принесет пользу как дошкольному учреждению, так и родителям. Важно, чтобы родители имели возможность посещать своего ребенка в любое время, чтобы они могли видеть, как их дети живут в детском саду. Успех сотрудничества семьи и дошкольного учреждения во многом зависит от того, как воспитатель знает родителей, их отношение к детям, потребности, устремления.

Формы взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи:

1. Коллективные формы взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи к ним относятся: родительские собрания, семинар-практикум, «круглый стол»; основная цель – обмен опытом в семейном воспитании.

2. Наглядно-информационные формы взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи к ним относятся: выставки детских работ, видеофрагменты организации оздоровительных видов деятельности, физкультурных занятий, фотографии, папки-передвижки, на стендах и в уголках для родителей консультации.

3. Индивидуальные формы взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи к ним относятся: беседы с родителями, консультации. СНОСКА????

Современное общество предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Живя в XXI веке, человек сталкивается со многими новыми проблемами, среди которых самая важная и наиболее актуальная проблема - это сохранения и укрепления здоровья сегодня является. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но часто родители, которые заняты на работе, с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой стороны не могут противостоять негативным внешним влияниям. В

этой ситуации роль дошкольной образовательной организации как ведущего звена в организации оздоровительно воспитательной работы с детьми увеличивается.

Чтобы быть здоровым, необходимо научиться сохранять, укреплять и поддерживать свое здоровье. Для этого в дошкольной образовательной организации семье должно быть уделено как можно больше внимания. Дошкольный возраст – самое благоприятное время для развития правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам укрепления и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Проблема оздоровления детей – целенаправленная, систематически спланированная педагогическая работа детского сада и семьи. Дошкольная образовательная организация - это единственный общественный институт, с которым родители ежедневно вступают в контакт и где происходит их систематическое просвещение. Поэтому дошкольная образовательная организация имеет возможность оказать непосредственное влияние на семьи воспитанников.

Сотрудничество дошкольной образовательной организации и семьи воспитанников включает в себя общие определения и цели деятельности, планирование предстоящей работы, распределение сил и средств по возможностям каждого ребенка, общий контроль и оценку результатов работы, а затем прогнозирование новых целей, задач и результатов.

Главной задачей сотрудничества дошкольной образовательной организации и семьи - обеспечить быстрое, легкое, безболезненное привыкание ребенка к детскому саду во время адаптации. Далее вместе с родителями следует объективно оценить состояние здоровья, двигательного и физического развитие; прогнозировать его улучшение, наметить единый подход к повседневной жизни: зарядка, прогулка, режимные моменты дня, питание, одежде, организация условий двигательной активности детей дошкольного возраста. Взаимодействия дошкольной образовательной организации и семьи, как сотрудничество –

процесс достаточно сложный и трудоёмкий.

Организовывая сотрудничества дошкольной образовательной организации и семьи по воспитанию здорового ребенка следует обращать особое внимание на поиск новых форм и подходов к физическому развитию детей, основанных на многоуровневом анализе внешних воздействий, мониторинге, состояния здоровья каждого ребенка, учете возрастных особенностей его организма.

ГЛАВА 2. ПРАКТИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ И СЕМЕЙ

ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Изучение опыта работы дошкольной образовательной организации по сохранению и укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста

Наверное, нет человека, которого бы не испугала печальная статистика наших дней: здоровых детей становится все меньше и меньше. Ухудшение экологической обстановки, болезни родителей, их жизнь в состоянии чуть ли не постоянного стресса – все это сказывается на здоровье детей.

Здоровье детей является целью, где интересы семьи и детского сада будут взаимными. Особое место здесь занимает проблема сохранения и укрепления здоровья детей, а именно-обеспечения полного физического развития ребенка, закаливания организма, повышения его подготовки и устойчивости к усталости, улучшения физиологических функций.

Исследование проводилось на базе Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детство» - структурное подразделение Детский сад № 122 «Маячок» города Нижнего Тагила Свердловской области.

В исследовании особое внимание было уделено изучению компетентности педагогов и родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Термин «компетентность» – узкое понятие, чем «профессионализм», человек в своей области может быть профессионалом, но не всегда

компетентным во всех вопросах педагогической профессии.

Наличие компетентности можно определить по результатам профессиональной деятельности. Здесь, очевидно, требуется научный подход для их оценки. По словам А.К. Марковой, можно выделить такие виды профессиональной компетентности:

1. Профессиональная компетентность - владение профессиональной деятельностью на достаточно высоком уровне, умение проектировать свое профессиональное развитие.

2. Личностная компетентность – обладание методами личного самовыражения и саморазвития.

3. Социальная компетентность – коллективное владение профессиональной деятельностью и принятыми методами профессиональной коммуникации; социальная ответственность за результаты своей профессиональной деятельности.

4. Индивидуальные компетенции – обладание методами самореализации и развития индивидуальности в рамках своей профессии, готовность к профессиональному росту, способность к самосохранению, умение рационально организовать свою работу (без перегрузки) [30].

Детский сад №122 в городе Нижнем Тагиле, посещают 250 детей. Это 11 дошкольных групп. У всех детей своя группа здоровья. Показатели детей по группам здоровья следующие:

- 1 группа здоровья - 45 детей;
- 2 группа здоровья – 170 детей;
- 3 группа здоровья - 30 детей
- 4 группа здоровья – 2 человека;
- 5 группа здоровья – 3 человека.

Самые распространенные заболевания детей дошкольной образовательной организации: плоско вальгусная деформация стоп, гипертрофия миндалин, часто болеющие дети простудными заболеваниями, неврология, грыжа, нарушение зрения.

Принципы профилактической работе с родителями:

1. Ребенок дошкольного возраста не может участвовать в выборе образа жизни. Этот выбор за ребенка делают родители (он ест пищу, которую ему дают, он смотрит мультики и играет в телефоне или планшете, когда родители разрешают и делают также.)

2. Выбирая образ жизни, родители несут ответственность не только за собственное здоровье, но и за здоровье своих детей, за здоровье своих будущих внуков.

3. Основные привычки, в том числе связанные с риском для здоровья, формируют у ребенка родители или члены семьи, воспитывающие ребенка.

Основные направления работы с родителями воспитанников:

– помочь родителям понять преимущества и привлекательность образа жизни без ущерба для здоровья;

– изучение образа жизни семьи в отношении интересов детей через восприятие детей;

– анализ (оценка) образа жизни семьи;

– практическая помощь членам семьи в том, чтобы изменить образ жизни на более благоприятный и подходящий для здоровья ребенка.

Для того чтобы определить направления и выбрать наиболее эффективные формы работы в старшей группе дошкольной образовательной организации, необходимо получить информацию от родителей с помощью анкетирования об особенностях их образа жизни.

В исследовании принимали участие 15 семей группы № 9 – дети старшего дошкольного возраста (один родитель – законный представитель).

Для выявления уровня компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей было проведено анкетирование.

Цель: выявить степень осведомлённости родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Родителям предлагалось ответить на десять вопросов.

1. Соблюдает или нет Ваш ребенок правила личной гигиены.
2. Соблюдает или нет Ваш ребенок режим дня дома.
3. Часто или нет Вы, уделяете время для укрепления здоровья своего ребенка.
4. Знаете ли Вы, как укрепить здоровье вашего ребенка.
5. Знаете ли, вы физические показатели, по которым можно отследить здоровое развитие ребенка.
6. Ваша семья поддерживает «здоровый образ жизни».
7. Знаете ли Вы факторы, которые в большинстве влияют на состояние здоровья детей.
8. Используются ли в Вашей семье закаливающие мероприятия.
9. Владете ли Вы методикой закаливающих мероприятий.
10. Принимает или нет Ваша семья участие в работе детского сада по сохранению и укреплению здоровья детей.

Критерии оценки результатов анкетирования:

Положительный ответ «да» – 1 балл

Отрицательный ответ «нет» – 0 баллов

Результаты анкетирования представлены в таблице 1.

В результате анкетирования получили следующие данные: 9 семей имеют низкий показатель: семья В., семья Г. не поддерживают здоровый образ жизни. Не знают о физических показателях и факторах, влияющих на здоровье, так же не знают, как можно укрепить здоровье ребенка. Семья А. считает, что достаточно соблюдают правила личной гигиены и поддерживать здоровый образ жизни.

Средний показатель имеют 5 семей: семья П. соблюдают режим дня и личную гигиену, имеют представления о физических показателях своего ребенка, поддерживают здоровый образ жизни, владеют методикой закаливания и пользуются данной методикой. Семья А. не имеют представления о факторах, которые влияют на состояние здоровья, не

занимаются закаливающими процедурами из-за незнания методик по закаливанию. Семья Л. выполняют каждый день утреннюю гимнастику.

Таблица 1

Результаты анкетирования родителей

| № п/п | Семья | 1 в | 2 в | 3 в | 4 в | 5 в | 6 в | 7 в | 8 в | 9 в | 10 в | Итог | Уровень |
|-------------------------|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|---------|
| 1. | Семья В. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | низкий |
| 2. | Семья А. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | низкий |
| 3. | Семья П. | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 4 | низкий |
| 4. | Семья Г. | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 5 | средний |
| 5. | Семья Д. | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | низкий |
| 6. | Семья Ш. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 3 | низкий |
| 7. | Семья Т. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | низкий |
| 8. | Семья Л. | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 6 | средний |
| 9. | Семья З. | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 8 | высокий |
| 10. | Семья Ш. | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | низкий |
| 11. | Семья В. | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | низкий |
| 12. | Семья Гр. | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 7 | средний |
| 13. | Семья А. | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 7 | средний |
| 14. | Семья Ф. | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 4 | низкий |
| 15. | Семья П. | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 6 | средний |
| Итог по каждому вопросу | | 13 | 9 | 5 | 4 | 4 | 15 | 1 | 7 | 1 | 5 | 64 | |

Высокий показатель отмечен у одной семьи 3. Данная семья знает, факторы, влияющие, на здоровье детей, владеет методикой закаливания.

Обобщенные результаты отображены в таблице 2.

Таблица 2

Общий педагогической компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей

| Уровень | Количество родителей | Процентное соотношение |
|---------|----------------------|------------------------|
| Высокий | 1 | 1% |
| Средний | 5 | 33% |
| Низкий | 9 | 66% |

Изучение документации - медицинской карты детей старшего дошкольного возраста, чьи родители участвовали в анкетировании. Из 15 детей:

– первая группа здоровья – у двоих детей (Аня за учебный год переболела два раза, острым респираторным заболеванием. Тимур переболел три раза, синусит и острым респираторным заболеванием);

– вторая группа здоровья – у семерых детей (Саша, плоско вальгусная деформация стоп, за учебный год переболела четыре раза, один раз фарингитом и три раза острой вирусной инфекцией. Егор, задержка в речевом развитии, увеличение миндалин, за учебный год переболел четыре раза, два раза был отит, один раз ветряная оспа и один раз острым респираторным заболеванием. Дима, плоско вальгусная деформация стоп, за учебный год переболел один раз отитом. Даша, деформация нижних конечностей, переболел два раза, острым вирусным заболеванием. Света, нарушение зрения, переболела за учебный год три, один раз ветряная оспа, и два раза фарингит. Иван, дефицит веса и увеличение миндалин, переболел лор заболеваниями четыре раза). Игорь, ожирение, переболел один раз острым синусит.

– третья группа здоровья – у шестерых детей (Арсений, неврологическое заболевание (на учете у невролога) за учебный год переболел четыре раза, один раз ветрянкой и три раза острым респираторным заболеванием. Максим, пупочная грыжа, за учебный год переболел два раза острым вирусным заболеванием. Соня, неврологическое заболевание (на учете у невролога) за учебный год переболел семь раз, один раз ветряной оспой, три раза острым респираторным заболеванием, два раза отитом и один раз острая кишечная инфекция. Тимур, ожирение за учебный год переболела два раза, острым респираторным заболеванием. Иван, задержка в речевом развитии, он за учебный год переболел три раза, два раза ларингит и один раз острые респираторные заболевания. Катя, пупочная грыжа, за учебный год переболел два раза, острым вирусным заболеванием).

Диагностика степени осведомленности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей среднего возраста, показала в основном низкий и средний результаты (рисунок 1), что говорит о необходимости проведения дополнительной консультации с семьей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста.

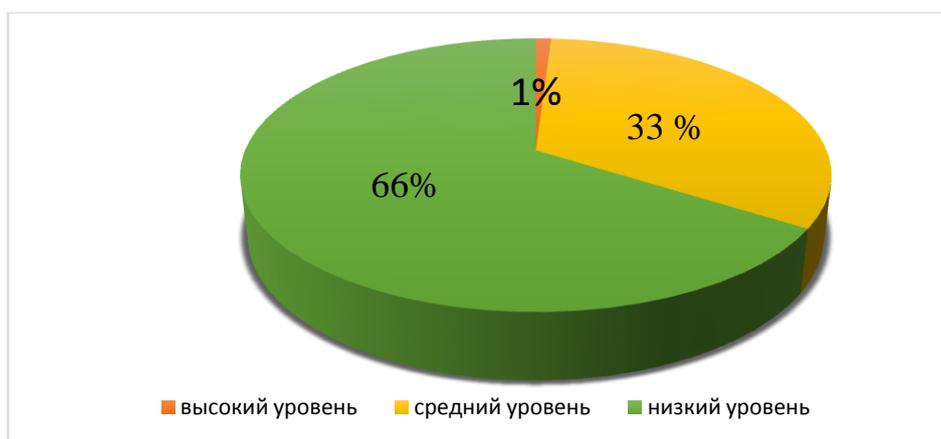


Рис.1. Общий уровень педагогической компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей

Анкетирование и наблюдение режимных моментов за педагогами дошкольной образовательной организации (Приложение 1).

Цель: психолого-педагогическое исследование компетентности педагогов дошкольного образовательного учреждения.

Анкетирование поможет определить уровень знаний воспитателей старшей группы № 9 по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольной образовательной организации.

Методы:

1. Метод педагогического наблюдения целенаправленный и плановый сбор, обобщение и оценка информации о деятельности воспитателя;

2. Метод психологической диагностики, использует стандартные вопросы, тесты и задачи, которые имеют определенный масштаб значений.

3. Метод получения информации устного опроса;

4. Метод социально – психологического исследования с помощью анкеты;

5. Сбор косвенных данных о воспитателе: отзывы коллег, детей, родителей;

6. Анализ содержания перспективных планов воспитательно-образовательной работы.

Диагностика компетентности воспитателей, как основы выстраивания физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации, представлена как наблюдение, анкетирования и беседы. Л.И. Соломина [40].

Наблюдение за воспитателями Татьяной Викторовной и Ириной Михайловной старшей группе № 9 в режимных моментах.

Утренняя гимнастика проводилась в соответствии с возрастными особенностями детей 5-6 лет, с музыкальным сопровождением, перестроением и игрой малой подвижности.

Проведение культурно-гигиенических мероприятий. Список навыков

в старшей группе определяется с учетом требований программы «Радуга». Воспитатель Татьяна Викторовна, использует форму игры (считалочку), чтобы оставить положительные впечатления об этом процессе. Кроме того, воспитатель ведет разговор с детьми старшего дошкольного возраста о том, что таким образом необходимо привить детям привычку культурно-гигиеническую.

На прогулке воспитатель проводила подвижную игру «Гуси-лебеди» и «Мышеловки».

Организация сна, дети старшего дошкольного возраста спят при открытых окнах и без маек.

Пробуждение детей после тихого часа должно подготовить тело ребенка к двигательной активности, обеспечить плавный естественный переход от сна к бодрствованию. Начинается пробуждение со звуков нежной, но бодрящей мелодии. («Музыка для души»). Воспитатель обращается к детям: «Добрый день! Просыпайтесь, потянитесь и солнцу улыбайтесь!» После того, как дети проснулись, воспитатель проводит лежа в постели, выполнить игровую гимнастику в стихах для достижения двигательной и эмоциональной активности, основанной на сюжете игры и содержащей элементы импровизации. После завершения серии упражнений лёжа в постели, дети встают и идут по массажной ребристой доске.

Организация прогулки. Воспитатели воспитывают у детей самостоятельность. В определенной последовательности учатся одеваться и ждать других детей. Когда большинство детей уже оделись, воспитатель выходит с ними на улицу, а остальных детей одевает и выводит на улицу помощник воспитателя.

Содержание деятельности детей на прогулке зависит от погоды, интересов и времени года.

Воспитатель, за которым мы наблюдали, решила провести прогулку в виде задачи, направленные на решение практических задач. Педагог

просит детей определить:

1. Расстояние от входа в детский сад до участка, от Маши до Саши, от павильона до песочницы;
2. Высоту предмета (домика, павильона, машины, садика);
3. Определить и назвать цвет (здания, машины, одежды);

На прогулке дети были заинтересованы, погода была солнечной, играли в подвижные игры.

У детей в старшей группы есть дежурные, два человека которые помогают нянечке накрывать на стол, одевают специально сшитые фартуки и головные уборы. Дети, сидя за столом ноги, ставят вместе, спина прямая, воспитатель говорит с ними, что они едят, из чего повара приготовили это блюдо, как это полезно.

По результатам диагностики проведенной среди педагогов дошкольного образовательного учреждения №122 города Нижнего Тагила 78 % педагогов ежедневно проводят утреннюю гимнастику, подвижные игры, дыхательную гимнастику и закаливающие мероприятия, общаются с детьми на темы: здоровья и что полезно кушать, есть в уголках для родителей папки передвижки и консультации по здоровому образу жизни, что означает высокий уровень педагогов в своей работе [40].

Компетентность воспитателей по сохранению и укреплению здоровья воспитанников, можно повышать через мероприятия:

- обучение на курсах повышения квалификации, в том числе в дистанционном режиме;
- аттестация;
- разработать систему стимулирования деятельности воспитателя;
- участие в педсоветах, в открытых занятиях, в различных конкурсах, семинарах, конференциях;
- посещение семинаров, творческих групп, мастер-классов;
- участие в исследовательских работах, создание собственных публикаций;

- использование современных методик, форм, видов, средств обучения и новых технологий;
- самообразование.

Детский сад № 122 имеет большую достаточно материально-техническую базу. Однако эффективность и факт реализации принципов сохранения и укрепления детей дошкольного образования зависят, прежде всего, от повседневной деятельности каждого педагогического работника. Использование гибкого режима дня, для обеспечения необходимой двигательной активности детей. Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре проводится 2 раза в неделю, плавание один раз, ежедневно приводится утренняя гимнастик.

Деятельность коллектива детского сада направлена на формирование такой образовательной системы, основанной на адекватном приоритете ценностей здоровья и здорового образа жизни при организации учебно-воспитательной работы с детьми и их семьями. Работа детского сада по сохранению и укреплению здоровья учащихся предполагает обязательное научно-методическое содержание, профессиональную компетентность педагогов.

На основании полученных данных с воспитателями и родителями планируется индивидуальная работа, проводятся дополнительные беседы, консультации их приглашают на открытые занятия. Каждый месяц проводятся спортивные мероприятия и праздники. На современном этапе задача общества, воспитание здоровых, гармонично развитых людей, обладающих высокими умственными и физическими возможностями. Таким образом, укрепление здоровья ребенка с первых дней его жизни. Эффективным средством укрепления здоровья, снижения заболеваемости и повышения эффективности детей является закаливание организма. Солнце, воздух и вода – факторы, которые систематическое воздействие повышает устойчивость к меняющимся погодным воздействиям. Для правильной осанки имеют значения, размер мебели, поза детей во время

организованной образовательной деятельности.

Воспитание культуры общения на основе сотрудничества, взаимной поддержки, взаимопомощи, (доверительные отношения между родителями и воспитателями, учет интересов ребенка, соблюдение его прав). Использование результатов мониторинга здоровья детей для построения грамотной системы управления образовательно-воспитательным процессом (своевременное информирование педагогов о результатах всех диагностик, которые ежегодно проводятся в детском саду). Активное участие педагогов в разработке, обсуждении и реализации программ здоровья детского сада. Проведение научно-методических семинаров с педагогическим коллективом для изучения теоретических аспектов развития творческого потенциала детей в процессе оздоровительной деятельности. Совершенствование педагогов навыков и умений самостоятельно работы с методической литературой и педагогической документацией, повышения самооценки. В результате, обладание базовыми методами оценки и самооценки эффективности оздоровительных воздействий в образовательном и образовательном процессе, воспитание здорового образа жизни у учащихся. Организация взаимодействия педагогов с психологом, родителями с целью формирования и развития культуры здоровья (отношения в педагогическом коллективе — модель взаимодействия в обществе, дети воспринимают как опыт, которым они могут пользоваться в своей жизни).

2.2. Рекомендации по сохранению и укреплению здоровья детей в дошкольной образовательной организации

Совместная работа с семьей должна основываться на следующих основных положениях, которые определяют ее методику, организацию и содержание.

1. Индивидуальный подход к ребенку и семье на основе учета их

способностей и интересов детей и родителей.

2. Системность, согласованность и последовательность работы (в соответствии с контрольным планом) в течение всего года и всего пребывания ребенка в детском саду.

3. Единство, которое достигается, когда цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понимаются не только воспитателем, но и родителями, когда семья знакома с базовым содержанием, приемами и методами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

4. Взаимное понимание и доверие педагогов и родителей на основе дружественной критики и самокритики. Укрепление авторитета воспитателя в семье, а родителей в детском саду [6].

Исходя из основных положений, система работы с семьей включает:

1. Участие в индивидуальных программах (планах) оздоровления детей;

2. Различные консультации, дискуссии и обсуждения с психологом, врачом, специалистом по физической культуре и родителями с опытом семейного воспитания;

3. Ознакомить родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

4. Обучение приемам и методам здоровья (лечебной физической культурой, аэробика, самомассаж, дыхательной гимнастикой, различным видам закаливания);

5. Целенаправленная медицинская работа, которая способствует общим требованиям, необходимости рационального регулирования и сбалансированного питания, закаливания, оптимального регулирования температуры и воздуха;

6. Ознакомить родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении. Для этих целей

хорошо используется информацию в родительских углах, папках движения, библиотеке детского сада;

7. Семинары-практикумы, тренинги, игры, просмотр презентаций и прослушивание магнитофонных записей разговоров с детьми, открытые занятия для родителей различных мероприятий в спортивном зале, на стадионе;

8. Знакомство родителей с содержанием физической и оздоровительной работы в детском саду;

9. Здоровье является важным фактором для гармоничного развития и работоспособности детей. Нет задачи сложнее, а может важнее, как вырастить здорового ребенка. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной работе на протяжении всей жизни человека. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Потому, что до 7 лет человек идет по огромному пути развития, уникальному в ходе последующей жизни. В этот период жизни происходит интенсивное развитие органов, формирование функциональных систем организма, заложены основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и другим. Важно на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практические навыки здорового образа жизни, сознательную необходимость в систематических упражнениях в физической культуре и спорте. Поэтому мы разработали проект по работе в дошкольной образовательной организации с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей.

Проблема: сохранение и укрепление детей будет иметь отношение в области общественного, семейного, дошкольного образования. Известно, что основными образцами для ребенка являются его родители. Все они мечтают о том, чтобы их дети были здоровыми, умными, добрыми, но не всегда предпринимали правильные усилия. Снижение показателей здоровья, на наш взгляд, можно объяснить недостаточный уровень

культуры здоровья в самой семье. В связи с этим был разработан проект по повышению педагогической компетенции родителей по сохранению и укреплению здоровья детей за счет участия в их совместной деятельности.

Цель проекта: Организация работы по сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья детей в дошкольной образовательной организации и семьи.

Задачи проекта:

1. Разработать мероприятия для детей дошкольного возраста и их родителей.
2. Описать модель работы детского сада по охране здоровья детей.
3. Улучшить педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка, путем участия их в совместной деятельности.
4. Создать условия для укрепления и сохранения здоровья детей в дошкольном образовательном учреждении и семье.
5. Создать электронные презентации по теме здоровьесбережение.
6. Разработать картотеку подвижных игр.
7. Повышение родительской компетентности по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста в условия дошкольного образовательного учреждения и семьи.
8. Создать папки передвижки для воспитателей детского сада и родителей дошкольников «Здоровый образ жизни» «Быть здоровым, хорошо».

Актуальность проекта.

У каждого есть большие возможности для укрепления своего здоровья и поддержания способности сохранять работоспособность, физическую активность и жизнеспособность. Наиболее актуальной проблемой сегодня является сохранение и укрепление здоровья детей.

Семья и детский сад - это социальные структуры, которые в первую очередь укрепляют и сохраняют здоровье ребенка. При поступлении в

детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: задержка в развитии координации движения, лишний вес (ожирение), плоско вальгусная деформация стоп (плоскостопия), задержка в речевом развитии, нарушении зрения. Из-за неблагоприятной экологической ситуации в городе и постоянного холода, очень много детей часто болеющий острыми респираторными заболеваниями, гриппом, бронхитом, острыми вирусными инфекциями, аллергией и астмой.

Проанализировав данные анкет, родителей детского сада №122, мы пришли к выводу, что, уровень знаний в области воспитания здорового образа жизни невысок. Это означает, что воспитателям и специалистам детского сада необходимо проводить систематическое, разностороннее воспитательное обучение родителей, включая помощь в получении практических навыков и теоретических знаний.

Поэтому понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимать, что здоровье-это самое большое значение, которое дается человеку природой. Для того, чтобы достичь гармонии с природой, вы должны научиться самостоятельно заботиться о своем здоровье с детства. Очень важно образование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости поддержания и укрепления их здоровья и присоединиться к здоровому образу жизни.

Ожидаемый результат:

- повышение родительской компетентности по сохранению и укрепления здоровья детей дошкольников в дошкольной образовательной организации и семье;
- сохранение и укрепление здоровья детей по средствам физкультурно - оздоровительных мероприятий в условиях дошкольной образовательной организации и семьи;
- рост престижа детского сада;
- становление устойчивого интереса к здоровью;

– ребенок переживает состояние эмоционального комфорта его собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, его успешных результатов, переживает спортивные поражения и радуется спортивным победам.

Механизм выполнения проекта:

Контроль за исполнение проекта осуществляет старший воспитатель и медицинская сестра детского сада в пределах своих полномочий и в соответствии с законодательством.

Описание проекта.

Объект разработки: процесс сохранения и укрепления здоровья детей дошкольников.

Предмет: использование здоровье сберегающих технологий в образовательной деятельности.

Результаты деятельности дошкольной образовательной организации.

Главными достижениями нашего дошкольного образовательного учреждения №122 города Нижнего Тагила, является следующее:

1. Систематическая физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа. Ежедневная утренняя гимнастика, плавание, физкультурные занятия, подвижные игры, прогулка.

2. Проведение основных движений детьми соответствует возрастным и программным требованиям.

3. Родители активно поддерживают педагогический коллектив и помогают детскому саду в работе по оздоровлению детей.

Система взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей по формированию сохранения и укрепления здоровья детей позволяет сформировать функциональную систему и фундамент культуры будущего взрослого человека, в которую входит:

– мотивация и привлечение детей и родителей к спорту, занятиям физическими упражнениями;

– позитивное отношение к физическим упражнениям, играм и

закаливанием, личной гигиене, соблюдению режимных моментов в семье и детском саду;

– начальные навыки естественных движений общеразвивающего характера, знакомство со своим организмом, гимнастика для глаз, упражнения для правильной осанки, дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопии, полезные продукты.

В проекте использованы современные здоровье сберегающие технологии:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: подвижные и спортивные игры, динамические паузы, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, релаксация, дыхательная гимнастика, гимнастика после сна.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: открытые занятия по физической культуре «Путешествие в страну спорта», проблемно - игровые (игротренинги), коммуникативные игр, занятия «Здоровье», точечный массаж.

Проект, реализуемый, в дошкольном образовательном учреждении состоит, из трех этапов:

1. Подготовительный этап.
2. Практический этап.
3. Оценочный этап.

Целью подготовительного этапа, является изучение профессиональных возможностей педагогов, знаний, умений, способностей воспитанников, педагогического просвещения и культуры здорового образа жизни родителей.

Для того чтобы выявить, в какой сфере находится сами педагоги, проводится анкетирование. Определяется уровень их знаний о способах приобщения дошкольников к здоровому образу жизни, создаются условия для изучения педагогами новых здоровье сберегающих технологий, формирование у них готовности и желания участвовать в проекте.

С целью получения данных об уровне знаний, умений, навыков и

состоянии здоровья воспитанников проводится соответствующий мониторинг два раз в год.

Анкетирование родителей позволяет установить, какое место занимает физкультура в семье, определить потребность взрослых в приобретении навыков оздоровления. Основная задача педагогов в ходе взаимодействия с родителями на данном этапе – формирование положительного отношения к сотрудничеству.

Цель практического этапа состоит в том, чтобы привить детям и родителям навыки укрепления и сохранения здоровья, сформировать потребности здорового образа жизни, повысить уровень медицинского обслуживания в детском саду и дома. На этом этапе будут проводиться дни и недели здоровья, открытые мероприятия, консультации. Все это способствует повышению мотивации и профессионализма педагогов в области сохранения и укрепления здоровья детей.

Родителям предлагаются физкультурные занятия практикумы, консультации о приемах и методах оздоровления (закаливание, дыхательная гимнастика, коррекционные упражнения) беседы, оздоровительная работа в уголках для родителей, участие в совместных мероприятиях. Мамы и папы являются активными участниками совместных спортивных праздников и развлечений.

Цель оценочного этапа, является анализ эффективности реализации проекта путем определения здоровья воспитанников, направляя мотивацию на здоровый образ жизни детей и родителей.

Условия обеспечения достижения результата

В проекте участвуют воспитатели, заведующая, старший воспитатель, медицинская сестра, врач терапевт, специалисты детского сада.

Материально-технические условия для реализации проекта

1. Создан медицинский кабинет, прививочный кабинет, изолятор.
2. В каждой группе оборудованы физкультурные уголки, для

ежедневной двигательной активности детей.

3. В детском саду имеется бассейн, спортивный зал оборудован необходимым инвентарем для проведения занятий и мероприятий, музыкальный зале в нем имеется фортепиано, детские музыкальные инструменты, музыкальный центр, лого пункт, изо студия, кабинет старшего педагога, который укомплектован методической литературой.

4. На территории детского сада есть спортивная площадка, футбольное поле и свой огород.

Подобран методический материал, оформлены следующие картотеки:

- утренняя гимнастика под музыку в игровой форме;
- пальчиковая, дыхательная гимнастика, физкультминутки;
- подвижные игры;
- непосредственно образовательная деятельность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие детей дошкольного возраста включает в себя работу по всем жизненно важным областям знаний. В дошкольном возрасте закладываются основные теоретические знания о себе, о своем здоровье, о личной гигиене, которые необходимы в этом возрасте. Получение знаний о сохранении и укреплении здоровья в формировании личности дошкольника.

В этой работе мы рассматривали термин «здоровье» как полное физическое, умственное, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, позволяющее человеку быть активным в своей жизни. Воспитание дошкольников в здоровом образе жизни, соблюдение факторов возрастных особенностях (оптимальная двигательная нагрузка, утренняя зарядка, личная гигиена, закаливание организма, рациональное питание, положительные эмоции).

Перед нами были поставлены следующие задачи:

1. Провести анализ психолого-педагогической литературы по проблеме здоровья современных детей дошкольного возраста.
2. Выделить основные формы и методы работы детского сада по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.
3. Определить содержание работы по сохранению и укреплению здоровья детей в дошкольной образовательной организации.
4. Разработать проект по работе с родителями с целью сохранения и укрепления здоровья детей.

Для выполнения поставленных задач в первой главе мы изучили: теоретические основы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Формы и методы по сохранению и укреплению здоровья детей. Оздоровительная физкультура в детском саду является частью системы оздоровительного комплекса. В процессе занятий, физической культурой в основу которых, положен метод игры и широкое использование

имитационных движений, у детей формируются навыки и умения. Это помогает привлечь, заинтересовать детей, укрепить здоровья и поддерживает дисциплину, создает положительный эмоциональный фон.

Во второй главе мы провели исследование для воспитателей и родителей по сохранению и укреплению здоровья детей. В исследовании приняли участие 15 семей детей старшего дошкольного возраста. Для выявления уровня компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей было проведено анкетирование.

Диагностика уровня педагогической компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей показала: высокий уровень - 1 %, средний – 33%, низкий – 66%.

Исследование компетентности воспитателей, выявило, следующие результаты 78 % педагогов проводят, работу по сохранению и укреплению здоровья детей (утреннюю гимнастику, подвижные игры на свежем воздухе, закаливающие процедуры, физкультминутки на непосредственно образовательной деятельности, консультации родителей, спортивные досуги.)

На основании полученных данных с воспитателями и родителями планируется индивидуальная работа, проводятся дополнительные беседы, консультации их приглашают на открытые занятия. Каждый месяц проводятся спортивные мероприятия и праздники, разработали проект по сохранению и укреплению психического, физического и социального здоровья детей в дошкольной образовательной организации и семьи.

Анализируя, собственные данные мы сделали следующий вывод: поставленные задачи решены, значит, цель достигнута.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абрамян, Л. А. Игра дошкольников [Текст] / под ред. С. Л. Новоселовой; сост. Е. В. Зворыгина. - М.: 1989. - 286 с.
2. Александрова, В. А. Здоровье вашего ребенка: [Текст] Новейший справ. / В. А. Александрова, В.А. Рябчук, М. А. Красновская. - М.: ЭКСМО, 2013. - 767 с.
3. Алексеева, М. А. Воспитательная работа с детьми [Текст] / М.А. Алексеева. - М., 1999.
4. Алямовская, В. Г. Как воспитать здорового ребенка [Текст] Опыт создания авт. программы на базе дошк. учреждения N 199 г. Нижний Новгород / В.Г. Алямовская. - М.: LINKA, 2012.
5. Алямовская, В. Г. Новые подходы к планированию образовательной работы в детском саду [Текст] / В. Г. Алямовская. - Управление ДОУ, N3, 2012г., с. 21 – 27.
6. Амосов, Н. М. Моя система здоровья [Текст] / Н. М. Амосов. - К.: Здоровья, 1997.- 56 с.
7. Арямов, И. А. Особенности детского возраста [Текст] / И. А.Арямова. - М., 2013.
8. Борисова, Н.Н. Организация оздоровительной работы с детьми и родителями. [Текст] / Н. Н. Борисова. Медработник ДОУ-2010-№8-С.62-65.
9. Варга, А. Я. Психологическая коррекция взаимоотношений детей и родителей [Текст] / А. Я. Варга, В. А. Смехов. Вестник МГУ. Сер. «Психология». - 2006. - №4. - С.25-27.
10. Воднева, Е. В. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста [Текст]: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук: 13.00.01 / Е. В. Воднева; [Смол. гос. пед. ун-т]. - Смоленск, 2013. - 25 с.

11. Гаврючина, Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ [Текст] / Л. В. Гаврючина. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
12. Деркунская, В. А. Сотрудничество детского сада и семьи в воспитании культуры здоровья дошкольников [Текст] / В. А. Деркунская. Дошкольная педагогика. – 2006. - № 5, с. 49 – 51.
13. Днепров, Э. Д. Мудрость воспитания: [Текст] Кн. для родителей. / Э. Д. Днепров, Г. Б. Корнетов. - М.: Педагогика, 1987. - 288с.
14. Евсигнеева, Ю. В. Многофакторное прогнозирование состояния здоровья детей дошкольного возраста[Текст]. / Ю.В. Евсигнеева. - Ставрополь, 2014. - 23 с.
15. Зверева, О. Л. Общение педагога с родителями в ДОУ [Текст] / О. Л. Зверева. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
16. Здоровый дошкольник: [Текст] Социально - оздоровительные технология XXI в.: Пособие для исследователей и практике Работников / сост. Ю.Е. Антонов. - М.: Аркти, 2010. - 87 с.
17. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: [Текст] проблемы и пути оптимизации: Материалы Всерос. совещ. «Пути оптимизации здоровья и физического развития детей в дошкольных образовательных учреждениях». - М.: ГНОМ и Д, 2012. - 319 с.
18. Зимонина, В. Н. Воспитание ребенка-дошкольника. [Текст] / В. Н. Зимонина. – М.: Гуманит. изда. центр ВЛАДОС, 2003. – 304. – («РОСИНКА»).
19. Змановский Ю. Ф. Социально - оздоровительная технология [Текст] // «Здоровый дошкольник». Ю. Ф. Змановский. - Москва 2014.
20. Кирьянова, Т. И. Оценка состояния здоровья и реабилитация организованных детей дошкольного возраста. [Текст] / Т.И. Кирьянова. - Пермь, 2014. - 521 с.
21. Кончина, О. А. Взаимодействие дошкольного образовательного учреждения с семьей в процессе реализации программы

валеологического образования «Здравствуй!» [Текст] / О. А. Кончина. - Дошкольная педагогика. – 2006. - № 3, с. 44 – 50.

22. Кошелева, А. Д., Эмоциональное развитие дошкольников [Текст]. / А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, О. А. Шаграева. - М., 2013.

23. Купавцева, Е. В. Воспитание привычек здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраст [Текст] / Е.В. Купавцева. - Барнаул, 2012. - 219 с.

24. Лисина, М. И. Общение, личность и психика ребенка. [Текст] /М. И. Лисина. – М.: Воронеж, 1997. - 216с.

25. Лисицын, Ю. П. Образ жизни и здоровье населения. [Текст] / Ю. П. Лисицын. - М: Просвещение, 2002.-123с.

26. Лобанова, Е. А. Дошкольная педагогика: учебно-методическое пособие. [Текст] / Е.А. Лобанова. - Балашов: Николаев, 2005. — 76 с.

27. Любина, Г. Как воспитать ребенка удачника? [Текст] Дошкольное воспитание. / Г. Любина. - 1997. №1, 73с.

28. Майер, И. П. Развитие эмоциональной сферы как средство развития коммуникативных способностей детей старшего дошкольного возраста [Текст] / И. П. Майер. - Психолог в детском саду. - 2000. - № 1. С. 65-69.

29. Маслоу, А. Г. Мотивация и личность. [Текст] / А. Г. Маслоу. - СПб.: Евразия, 1999. 566с.

30. Маркова, А. К. Психология профессионализма. [Текст] / А. К. Маркова. - М., 19976.

31. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь. [Текст] / Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. - М., 2002.

32. Минияров, В. М. Психология семейного воспитания. [Текст] /. В. М. Минияров. Воронеж, 2000.

33. Насыбуллина, Н. Н. Состояние здоровья детей дошкольного возраста, воспитывающихся по инновационным педагогическим программам. [Текст] / Н. Н. Насыбулина. - Иваново, 2013. - 423 с.

34. Петленко, В. П. Философия и мировоззрение врача [Текст] / В. П. Петленко. - Л., 1991.
35. Рунова, М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. [Текст] // Физическое занятие с детьми от 3 до 7 лет. М. А. Рунова. - М.: Мозаика – Синтез, 2002.
36. Рябышева, О. И. Здоровьесберегающая среда детского сада [Текст] / О.И. Рябышева. Л.А. Ленецкая. - Управление ДООУ – 2015 - № 1. - С. 22-25.
37. Семёнова, Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. [Текст] / Н. Семенова. - СПб.2004 – 87 с.
38. Сократов, Н. В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей [Текст] / Н.В. Сократов. - М.: ТЦ Сфера, 2015 г.
39. Соловьева, И. В. Управленческий аспект здоровьесберегающей деятельности. [Текст] / И.В. Соловьева. - Управление ДООУ – 2011 - № 1. - С.17-22.
40. Соломин, Л. И. Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования [Текст] / Л.И. Соломин. - С-Пб:Речь, 2006. С.98, 152, 117.
41. Степаненкова, Э. Я. Физическое воспитание в детском саду [Текст] / Э. Я. Степаненкова. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
42. Устинова, С. В., Грименко, Е. А. Сохранение и укрепление здоровья детей в условиях ДООУ [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2014 г.). — СПб.: Заневская площадь, 2014. — С. 155-157. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/145/6646/> (дата обращения: 28.05.2018).
43. Харченко, Т. Е. Организация двигательной деятельности в детском саду. [Текст] / Т.Е. Харченко. – Детство – Пресс – Москва, 2010-176.
44. Чупаха, И. В. Здоровьесберегающие технологии в

образовательном процессе [Текст] / И. В. Чупаха. - М: 2003 - 143 с.

45. Шаграева, О. А. Образ жизни семьи и психическое развитие ребенка раннего возраста [Текст] / О. А. Шаграева. - Дис. канд. псих. наук. - М., 2015.

46. Шебеко, В. Воспитание ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности [Текст] / В. Шебеко. - Дошкольное воспитание – 2011. - №5. – С.28-33.

47. Шаршова, Н. Сотрудничество с семьей по воспитанию здорового ребенка [Текст] / Н. Шаршова. - Работа с родителями. – 2009.

48. Шишкина, В. А. Физическое воспитание дошкольников: [Текст] // Пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования. / В. А. Шишкина. – Минск 2007. – 160 с.

49. Юдина, Е.Г. Педагогическая диагностика в детском саду [Текст] / Е. Г. Юдина. - М.: 2003 – 114 с.

50. Ямпольская, Р. В. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста: (От рождения до 7 лет) [Текст] / Р. В. Ямпольская. Т. Я. Черток. - М.: Просвещение, 1987. – 224 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета для воспитателей

Уважаемые коллеги! Просим вас ответить на вопросы данной анкеты. Ваши ответы помогут определить эффективность здоровьесберегающей деятельности в ДОО и разработать стратегию обеспечения здоровья участников образовательного процесса в детском саду.

1. Как Вы считаете, «Основная образовательная программа» дошкольного образовательного учреждения №122 в полной мере реализует задачи здоровьесберегающей деятельности? (вариант ответов - да, нет)

2. Как Вы считаете, какие подходы в организации физического воспитания в нашем детском саду необходимо улучшить?

(проставьте номера в порядке важности и актуальности).

– психоэмоциональный комфорт участников образовательного процесса

– питание

– медицинское обслуживание

– двигательный режим

закаливание

работа с семьёй

– повышение квалификации кадров

– введение инноваций в области физического воспитания

дошкольников

– воспитание гигиенической культуры

– организация двигательной деятельности

– воспитание ответственного и бережного отношения к своему здоровью

3. Какие формы оздоровления проводите Вы в своей группе? (оцените их систематичность, постоянно проводятся, эпизодически, не проводятся)

- гимнастика утренняя
- индивидуальная программа оздоровления
- допишите другое
- закаливание
- босо хождение в помещении
- занятия по физическому воспитанию
- свободная двигательная активность
- комплексы упражнений после сна

4. Какие профилактические комплексы вы проводите в группе с детьми? (оцените их систематичность, постоянно проводятся, эпизодически, не проводятся)

- гимнастика для глаз, повышающая работоспособность
- дыхательная гимнастика, регулирующая функцию дыхания
- артикуляционная гимнастика, способствующая развитию активности артикуляционного аппарата
- корригирующая гимнастика для профилактики нарушения осанки
- адаптационный комплекс, направленный на повышение выносливости организма

5. Осуществление информационно-просветительской деятельности с детьми. (отметьте нужное, регулярно по плану, эпизодически, по ситуации, никогда) ознакомление детей с правилами ЗОЖ и формирование навыков сохранения здоровья

- *проводится регулярно и в системе (отражено в плане)*

6. Осуществление информационно-просветительской деятельности с родителями.

Проведение бесед, консультаций с рекомендациями о ценностях здоровья и ЗОЖ. (отметьте нужное, регулярно по плану, эпизодически, по ситуации, никогда)

- на родительских собраниях
- в индивидуальных беседах

- размещение информации в «родительских уголках»
- публикации в СМИ
- использую другие возможности (напишите)

7. Как Вы считаете, какие мероприятия более всего влияют на эффективность деятельности ДС по здоровью сбережению (отметьте нужное, проставив знак «+» напротив)

- повышение профессиональной компетентности педагогов
- планирование здоровьесберегающей деятельности ДС
- контроль
- семинары
- практический обмен опытом
- поощрения
- наказания

8. Оцените эффективность Вашего взаимодействия с медицинским персоналом ДС по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников (от 1 до 10)

9. По десятибалльной системе оцените следующие характеристики:

- состояние Вашего собственного здоровья
- степень Вашей утомленности
- уровень Вашей мотивации к здоровьесберегающей деятельности
- степень увлеченности работой
- уровень ответственности и трудолюбия
- любовь к детям
- оценка собственной роли в состоянии здоровья воспитанников
- иное (не перечисленная, но значимая для Вас характеристика),

дописать и оценить.

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!

Консультация для воспитателей «Валеологическое содержание в дошкольном образовательном учреждении»

Мы все любим наших детей и хотим видеть их счастливыми и здоровыми. К сожалению, последние медицинские исследования показывают разочарование значения для вашего здоровья. Здоровье оказало влияние на ряд факторов. Одним из них является привычки и поведение. Очень важно, чтобы способности безопасной жизни и здоровья поведения формировались своевременно.

Валеология - это наука и сфера человеческой деятельности, которая исследует возможности лучшей адаптации человека к условиям окружающей среды путем поддержания здорового образа жизни.

Валеологическая педагогическая работа основана на следующих подходах и принципах:

1. Системное решение. Человек есть единство физического и духовного. Невозможно сохранить тело здоровым, если не улучшить эмоционально – волей сферу ребенка. Успешное решение задач валеологического воспитания возможно только при взаимодействии ДОУ, родителей, общественности

2. Оперативный Подход. Валеологическая культура изучается детьми и воспитателями во время совместной деятельности. Не ведите детей на путь здоровья, а ведите.

3. Принцип «не навреди!» Обеспечивает использование безопасных методов оздоровления, которые официально признаны и признаны.

4. Принцип гуманизма. В валеологическом воспитании признается самооценка личности ребенка. Моральные ориентации воспитания являются общечеловеческими ценностями.

5. Принцип альтруизма. Узнал себя-учение друг о друге.
6. Принцип действия. Для здоровья хорошо то, что умеренно.

Задачи валеологического воспитания:

1. Формирование сознательного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к нему.
2. Накопление знаний о здоровье.
3. Формирование валеологической компетентности ребенка в качестве готовности самостоятельно решать задачи зрения и безопасного поведения в непредвиденных ситуациях и оказания элементарной медицинской и психологической помощи.

Формы организации деятельности детей НОД с валеологической направленностью

Рекомендуется проводить со второй младшей группы один раз в месяц (в блоке «Познавательная – исследовательская деятельность»), со средней группы – интегрированная НОД по ЗОЖ и ОБЖ.

Задачи:

1. Образование у детей сознания, что человек является частью природы и общества.
2. Воспитание заботливого и нежного отношения к здоровью человека.
3. Построение гармоничного отношения детей с неживой и живой природой.
4. Обследование детей по показателям.
5. Развитие возможностей личной внимательности
6. Дети закаленные.
7. Профилактика и устранение вредных привычек.

Этапы формирования понятий:

Вторая младшая группа - это формирование термина "здоровый человек".

Средняя группа - информационная среда (структура человека, тела), формирование отношения к себе.

Старшая группа - знакомство с общим, формирование профилактического мышления, обучение саморегулированию.

Подготовительная группа - формирование межличностных отношений

Таблица 3

Примерная тематика занятий

| Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|---|--|--|--|
| 1. Я и мое настроение. | 1. Как ухаживать за собой. | 1. Как человек работает. | 1. Следите за своим здоровьем самостоятельно (закаливайтесь) |
| 2. Друзья с водой (знакомство с моющими средствами) | 2. Почему я это вижу. | 2. Красивое Отношение. | 2. Мое Зрение. |
| 3. Я могу одеться. | 3. Почему я это слышу? | 3. Мое Сердце. | 3. Сердечный выброс. |
| 4. Хорошо, что это плохо. | 4. Нос и ух од. | 4. Как мы дышим. | 4. Как я узнаю запахи. |
| 5. Глазные Намеки. | 5. приятно аппетита. | 5. Как мы едим (пищеварительные органы). | 5. Мой Мозг. |
| 6. Куры Дерьмо. | 6. Какая пища здорова. | 6. Береги зубы. | 6. Самый быстрый улитка в мире (слух). |
| 7. Микробы. | 7. Почему мы спим? | 7. личная гигиена. | 7. Витамины и здоровое тело. |
| 8. Болезни и здоровье. | 8. Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья. | 8. Откуда болезни берутся. | 8. Спорт-это здоровье. |

Конспект непосредственно образовательной деятельности по физической культуре (дети старшего дошкольного возраста)

Тема: Путешествие в страну спорта.

Возраст детей: 5-6 лет.

Цель - развитие воображения, инициативности и самостоятельности детей, создание условий для развития игровой деятельности.

Оздоровительные задачи:

1. Закреплять умение детей выполнять упражнения, укрепляющие свод стоп, формировать навыки правильной осанки.
2. Развивать силу, выносливость, ловкость, координацию движений.
3. Способствовать укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Образовательные задачи:

1. Закреплять навыки основных видов ходьбы.
2. Учить правильно, согласованно выполнять движения под счет.
3. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед с мячом в руках у груди.
4. Развивать ходьбу по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубы на каждый шаг, с сохранением равновесия.
5. Повторить броски мяча двумя руками от груди.

Воспитательные задачи:

1. Воспитывать самостоятельность, чувство ответственности при выполнении упражнений, желание заботиться о своем здоровье.
2. Вызывать эмоциональное удовлетворение, интерес к занятиям, сноровку и внимание в подвижной игре.

Пособия: кегли (8 штук), мячи среднего диаметра (12 штук), цветные ленточки, гимнастические палки, гимнастическая скамейка, обручи,

музыкальный центр, деревянные кубики, спортивные песни и мелодия поезда.

Способы организации детей: поточный, групповой.

Методы: объяснительно-иллюстративный, словесный,

Место проведения: спортивный зал детского сада №122

Продолжительность занятия: 25 минут

Таблица 4

Ход занятия

| Содержание | Дозировка/ время | Основные -методические указания |
|--|---|---|
| <p>1. Вводная часть. Построение в шеренгу по росту -повороты направо, налево -Обычная ходьба -Ходьба на носках, руки вверх прямые -Ходьба на пятках, руки за спиной -Обычная ходьба -Ходьба широким шагом -Обычный бег -Ходьба в полуприсяде -Бег с высоким подниманием колен -Ходьба змейкой на носочках -Бег семенящим шагом -Обычная ходьба с упражнениями для рук (руки в стороны, вверх, в стороны, вниз). -Дети берут гимнастические палки. -Перестроение для ОРУ в три колонны</p> | <p>5 мин. 1-2раза 10 сек. 30 сек. 30 сек. 10 сек. 10 сек. 1 мин. 10 сек. 10 сек. 10 сек. 30 сек. 2 раза</p> | <p>Мы сегодня отправимся в страну спорта. Первая остановка «Разминка» Выполнение по команде: направо, налево обход по залу шагом марш, 1,2,3,4. спина прямая, шаги короткие спина прямая Туловище вперед не наклонять Руки за голову в замок Стараться выше поднимать колени змейкой на носочках (спина прямая, смотрим вперед) восстанавливаем дыхание, руки прямые. По одной гимнастической палке через центр в колонну по три – марш, 1, 2, 3,4. Под музыку едим на другую спортивную станцию.</p> |
| <p>2. Основная часть (станция гимнасты) Комплекс ОРУ с гимнастической палкой: 1. И.П.- осн. стойка, гимн. палка вниз, 1- правую ногу назад, г.п. на прямых руках вверх, 2- и.п., 3-4 тоже левой ногой. 2. И.П. - осн. стойка, гимн. палка вниз, 1- выпад правой ногой вперед, гимн. палка на прямых руках на колени,</p> | <p>15 мин. 6-8 раз 6-8 раз</p> | <p>Соблюдение техники безопасности. Все упражнения выполняем под счет. Руки и ноги прямые, дышим носом. Задняя нога прямая, спина прямая.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>2- и.п., 3-4 тоже левой ногой. 3. И.П. – ноги врозь, гимн. палка у груди, 1- присесть, гимн. палку на прямых руках вынести вперёд, 2- и.п., 3-4-повтор. 4. И.П.- стойка в упоре на коленях, гимн. палка вниз, 1- поворот вправо, коснуться рукой пятки левой ноги, 2- и.п., 3-4 тоже в другую сторону. 5. И.П.- сидя на полу, ноги врозь, гимн. палка на бедре, 1- наклон вперёд, гимн. палку к правой ноге, 2-между ног, 3-к левой ноге, 4- и.п. 6. И.П.- лёжа на полу, гимн. палка вверх, ноги прямо, 1-ноги, согнутые в коленях подтянуть к груди, гимн. палку на голень, 2- и.п., 3-4-повтор 7. И.П.- осн. стойка, гимн. палка вниз, 1- прыжком ноги врозь в стороны, гимн. палка на прямых руках вверх, 2- и.п Дети перестраиваются для ОВД, Основные виды движений: Станция прыжковая. 1.Правая шеренга выполняет прыжки на двух ногах с продвижением вперёд из обруча в обруч с мячом в руках у груди. Станция гимнасты. 2. Левая шеренга разучивает перешагивание через кубы, лежащие на гимнастической скамейке на каждый шаг, руки в стороны. Затем шеренги меняются местами. Станция «не Болейка» Станция «Веселый мяч» 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди.</p> | <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>3-4 мин</p> <p>3-4 мин</p> <p>20 раз</p> | <p>Спина прямая, руки прямые, дышим носом.</p> <p>Повороты туловища вправо, влево.</p> <p>Ноги в коленях не сгибать, стараться наклоняться ниже.</p> <p>Ноги сгибать в коленях и прижимать к груди</p> <p>Прыжки выполнять на насочках.</p> <p>через центр по двое – марш 1,2,3,4, кругом.</p> <p>Прыгать мягко, приземлятся на носочек.</p> <p>Спина прямая, руки в стороны прямые, держать равновесие.</p> <p>Беседа с доктором Айболитом о спорте. Шеренги поворачиваются лицом друг к другу, выполняют упражнение в парах.</p> |
|---|--|--|

| | | |
|--|---|---|
| <p>3. Заключительная часть Станция подвижных игр: 1.Подвижная игра «Ловишки с ленточками»</p> <p>Игра малой подвижности «Затейники» Выбирается водящий – затейник, который встает в центре круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо, говорят слова: Ровным кругом друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте! Дружно вместе Сделай вот так... Дети останавливаются, опускают руки; затейник показывает какое-нибудь движение, и все игроки должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим. 3.Построение в одну шеренгу 4.Подведение итогов.</p> | <p>5 мин. 2-3 раза</p> <p>2-3раза</p> | <p>Подвижная игра проводится под спортивную быструю музыку. Дети расходятся по площадке, у каждого ребёнка есть цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре находится «ловушка». По сигналу воспитателя:» Раз, два, три! Лови!» -дети разбегаются по площадке. «Ловушка» бежит за играющими, стараясь вытянуть у них ленточки. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три –в центр скорей беги!»- дети собираются вместе. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточек, то есть проиграл, и подсчитывает их. «Ловушка» возвращает ленточки детям, игра повторяется с новым водящим.</p> <p>По росту. Похвалить детей.</p> |
|--|---|---|

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Таблица 5

План реализации проекта

| Дата | Наименование мероприятий | ответственный |
|----------|---|---|
| Сентябрь | Педагогическая гостиная «Давайте познакомимся» | Специалисты детского сада |
| | Выступление на родительских собраниях всех возрастных групп | Воспитатель, специалисты и заведующая детского сада |
| | Составление паспорта здоровья | Медицинская сестра |
| | Анкетирование родителей «Путь к здоровью» | Воспитатель |
| | Беседа с детьми на тему: «Полезно - не полезно» | Воспитатель |
| Октябрь | Консультация «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей» | Инструктор физической культуры |
| | Режимные моменты в детском саду | Старший воспитатель |
| | Консультация для родителей «Осенние заболевания» | Медицинский работник |
| Ноябрь | Консультация «Спортивный уголок дома» | Инструктор физической культуры |
| | Мастер – класс «Подвижные игры в детском саду» | Воспитатель |
| | Открытое занятие по физкультуре «Путешествие в страну спорта» | Инструктор физической культуры |
| Декабрь | Консультация «Утренняя гимнастика с малых лет» | Инструктор физической культуры |
| | Папка передвижка «Здоровье прежде всего» | Воспитатель |
| | Круглый стол «Режим дня в жизни ребенка» | Старший воспитатель |
| Январь | Школа для родителей «Советы для Айболита» Тема: «Формирование правильной осанки» | Медицинский работник и инструктор физической культуры |
| | Беседа с детьми: «Мы были у врача» | Воспитатель |
| Февраль | Спортивный праздник для детей «Лыжня России» | Инструктор физической культуры |
| | Консультация «Организация физкультурного воспитания детей в семье» | Инструктор физической культуры |
| Март | Газета: «Мама, папа, я - спортивная семья» | Воспитатели |
| | Консультация «Профилактика детской близорукости» | Медицинский работник |
| | Советы родителям «Веселая физкультура дома» | Инструктор физической культуры |
| Апрель | Папка – передвижка «Ваш ребенок часто | Воспитатель |

| | | |
|-----|---|--------------------------------|
| | болеет ОРВИ...Как быть??? | |
| | Праздник здоровья «Быть здоровым – я хочу» | Инструктор физической культуры |
| | Подготовка детей к сдаче норм ГТО | Инструктор физической культуры |
| Май | Консультация «Питание ребенка – дошкольника» | Воспитатель |
| | День открытых дверей «Мы вместе» | Заведующая |
| | Групповое родительское собрание «Подведение итогов учебного года» | Воспитатели |
| | Развлечение «Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья» | Инструктор физической культуры |

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Методические рекомендации по закаливанию детей по системе Алямовской Веры Григорьевны

Правила закаливания:

1. Постепенность процесса. Искусственно ускорять его опасно. Не подготовленный организм ребенка может не справиться и заболеть.
2. Систематичность (непрерывность) воздействия на организм. Закаливание должно проводиться систематично, лучше с самого рождения и продолжаться в течение всей жизни.
3. Индивидуальный подход. Нужно учитывать индивидуальные особенности ребенка: возраст, состояние здоровья, общее физическое развитие, особенности нервной системы. Начинать закаливание нужно, убедившись, что ребенок в данный момент совершенно здоров.
4. Положительный эмоциональный настрой. Закаливающие процедуры должны проводиться так, чтобы не вызвать у ребенка отрицательного отношения к ним.

Приемы закаливания:

1.Обширное умывание. Это эффективный вид закаливания рекомендуется для детей среднего и старшего возраста и проводится после сна. Суть обширного умывания заключается в следующем: ребенок, раздетый до пояса, в быстром темпе, самостоятельно выполняет действия.

Этапы обширного умывания.

- 1 этап - учат обмывать руки, лицо и учат вытирать их.
- 2 этап – обмывает руки, набирает в ладошки воду, выплёскивает на шею.
- 3 этап – учат растиранию сухим полотенцем.
- 4 этап – учат мокрой ладошкой энергично растирать верхнюю часть груди.

2. Ходьба по мокрым дорожкам. Для проведения процедуры одна дорожка должна быть мокрой вторая сухой. Дети топают несколько секунд

по мокрой дорожке, затем переходят на сухую и тщательно вытирают стопы.

3. Обливание ног. В ногомойку ставится два ведра с водой, ребенок садится на стул из ковша поливает себе сначала одну стопу затем другую, насухо вытирает ноги полотенцем.

4. Ходьба босиком.

5. Сон без маек. Проводится круглый год.

Формы работы с родителями:

- 1) Общие Родительские собрания;
- 2) Дни открытых дверей, знакомства с организацией питания;
- 3) Проведение совместных мероприятий: - спортивные Олимпиады, спортивные мероприятия, праздники, дни здоровья, вечера развлечений;
- 4) Создание библиотеки для родителей в методистском кабинете;
- 5) Проведение медицинских консультаций, психологом, инструктором физической культуры, логопедом;
- 6) Оформление папок передвижек в группах на темы: «Одежда и здоровье детей», «Мир глазами детей».

Примерные темы бесед и родительских собраний

Младшая группа

1. «Индивидуальные особенности моего ребенка».
2. «Опять ОРЗ. Новое-хорошо ЗАБЫТОЕ старое».
3. «Еще раз о витаминах и питании».
4. «Научите ребенка радоваться».
5. «Семья является безопасным знаком для психического здоровья детей».
6. «Совместная игра с ребенком является идеальным средством общения и взаимопонимания».

Средняя группа

1. Экскурсия по детскому саду «Что я вижу в доме радости».
2. «Почему дети спорят»"

3. «Психогимнастика и сказки как фактор эмоциональной устойчивости ребенка».

5. «Правильное питание является одним из основных факторов для здоровья. Поговорим о сладостях и сладостях».

6. «Интеллектуальные (логические) игры – как средства коррекции поведения ребенка».

Старшая группа

1. День открытых дверей: «Как должен выглядеть современный детский сад».

2. «Чесночная терапия и ароматерапия».

3. «Сказочная терапия как средство эмоциональной устойчивости ребенка».

4. «Хобби - это интересная вещь для души вместе с папой и мамой»"

Подготовительная группа

1. «Критерии готовности ребенка к школе».

2. «Гиперактивный ребенок- это болезнь или характеристика характера»?

4. «Спорт в жизни детей».

5. «Причины плохого аппетита»

ОТЗЫВ

руководителя выпускной квалификационной работы

**«Сохранение и укрепление здоровья детей в условиях взаимодействия
дошкольной образовательной организации с семьей»**

студента *Дудиной Екатерины Васильевны*,

обучающейся по **СПОП** педагогическое образование»
профиль «Управление дошкольным образованием» заочной формы обучения

Исследование выполнено по актуальной теме для системы дошкольного образования. В процессе выполнения квалификационной работы студентом были проанализированы теоретические источники, что позволило сделать обобщение материала по теме исследования.

Дудина Е.В. при подготовке выпускной квалификационной работы проявила определенную готовность формулировать и ставить задачи исследовательской деятельности. Студентом самостоятельно отобран инструментарий для выполнения диагностики сформированности компетентности родителей по изучаемому вопросу, что позволило разработать рекомендации и в рамках проектной работы структурировать деятельность образовательной организации в этом направлении. Достоинством работы можно считать проект, отражающий основные направления деятельности по сохранению и укреплению здоровья детей, предложенный автором.

В процессе написания ВРК Дудина Е.В. проявила такие личностные качества, как самостоятельность, однако время выполнения и порядок этапов исследовательской работы планировалось недостаточно рационально.

Содержание ВКР достаточно систематизировано, автором самостоятельно выполнена опытно-поисковая работа. В процессе работы над темой студент продемонстрировал средний уровень умения делать самостоятельные умозаключения, анализировать и обобщать научную литературу профессиональной направленности. Заключение ВКР соотнесено с задачами исследования и отражает основные итоги работы.

ОБЩЕЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выпускная квалификационная работа студента Дудиной Екатерины Васильевны соответствует требованиям, предъявляемым к квалификационной работе выпускника Института педагогики и психологии детства УрГПУ, и рекомендуется к защите.

Ф.И.О. руководителя ВКР

Должность

Кафедра

Уч. звание

Уч. степень

Сулимова Наталия Петровна

доцент

педагогики и психологии детства

доцент кафедры педагогики и психологии детства

канд. пед. наук

Подпись

Дата

01.06.2018

СПРАВКА

**О результатах проверки текстового документа
на наличие заимствований**

**Проверка выполнена в системе
Антиплагиат.ВУЗ**

Автор работы

Будина Екатерина Васильевна

Факультет, кафедра, номер группы

*Институт педагогики и психологии детства
Кафедра педагогики и психологии детства
Б4-462*

Название работы

*Сохранение и укрепление здоровья детей в
условиях взаимодействия дошкольной образовательной
организации и семьи.*

Процент оригинальности

59,62 %

Дата *31.05.18г*

Ответственный в
подразделении

Дыдина

(подпись)

Дыдина Д.В.
(ФИО)

НОРМОКОНТРОЛЬ

Результаты проверки

пройден

Дата *31.05.2018г*

Дыдина

(подпись)

Дыдина Д.В.

Проверка выполнена с использованием: Модуль поиска ЭБС "БиблиоРоссика"; Модуль поиска ЭБС "BOOK.ru"; Коллекция РГБ;
Цитирование; Модуль поиска ЭБС "Университетская библиотека онлайн"; Модуль поиска ЭБС "Айбуке"; Модуль поиска Интернет;
Модуль поиска ЭБС "Лань"; Модуль поиска "УГПУ"; Кольцо вузов