

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города  
Нижневартовска детский сад № 86 «Былинушка»

Сообщение из опыта работы на тему:

**«Формирование ценностного отношения ребенка к здоровью в семье».**

Воспитатель: Гулян Р.С.

г. Нижневартовск

Сообщение из опыта работы на тему: **«Формирование ценностного отношения ребенка к здоровью в семье».**

Активная профилактика нарушения здоровья у детей предполагает обучение здоровому образу жизни и формирование правильного отношения детей к своему здоровью. Конечно, не стоит ждать осмысления ценности здоровья от дошкольника. Ребенок хочет быть здоровым, чтобы ему не делали уколы, чтобы не нужно было пить таблетки и так далее. Однако в дошкольном возрасте ребенок уже способен усвоить некоторую сумму знаний о здоровье и факторах, влияющих на него.

Родителям очень важно научить ребенка заботиться о своем здоровье, формируя привычки, связанные со здоровым образом жизни. Очень важно, чтобы привычки формировались вовремя. Поэтому родители, воспитатели, педагоги с особым вниманием должны относиться к тем действиям, которые встречаются в жизни ребенка впервые. И, конечно же, родители должны показывать ребенку на личном примере привычки к здоровому образу жизни (делать зарядку, заниматься спортом, чистить зубы, правильно питаться и т.д.). Нужно помнить, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье.

В своей работе я руководствовалась:

Программой оздоровления детей в МАДОУ «Будь здоров, малыш».

Целью моей деятельности являлось: выявление роли родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни и определение направлений в работе с ними. Задачи, которые я ставила перед собой:

- оценка уровня социального здоровья семей,
- целенаправленные наблюдения за деятельностью детей и взаимоотношениями детей и родителей,
- анкетный опрос с целью выявления роли родителей в формировании здоровья детей, осознания родителями значимости здорового образа жизни,
- определение направлений работы с родителями, форм сотрудничества,
- применение выбранных форм работы с родителями с целью повышения их роли в оздоровлении детей,
- анализ диагностик по валеологии и физическому воспитанию, заболеваемости детей за учебный год с целью подтверждения эффективности проведенной работы с детьми и родителями в вопросах оздоровления и приобщения к ЗОЖ.

В начале учебного года было проведено тестирование на тему «Социальные факторы жизни семьи», согласно которому, я оценила уровень социального здоровья семей наших воспитанников. Так, 50% - это семьи социально благополучные, только 1 семья попадает в группу повышенного риска, т.к. в семье нередки ссоры, имеются сложности с воспитанием детей (Приложение 1, слайд 3). Напряженность в личностных отношениях, эмоциональная разобщенность ведут к нарушению детско-родительских отношений.

Большой материал для педагогических выводов по характеру семейного воспитания дают педагогу целенаправленные наблюдения. В течение всего учебного года велось наблюдение за детьми, их деятельностью, взаимоотношением родителей с детьми. Для этой цели использовались часы приема и ухода детей из детского сада. Чтобы получить объективные сведения, я ставила четкие задачи для наблюдений и проводила их неоднократно. Так, например, наблюдение за взаимоотношением родителей и детей проводилось по следующей схеме (Приложение 1, слайд 4).

Наблюдая за деятельностью детей, я отметила, что часто требования родителей и воспитателей в воспитании ребенка разнятся, дети не знакомы с факторами, влияющими на здоровье, большая часть детей несамостоятельны даже в выполнении элементарных гигиенических процедур, самообслуживании. Это подтверждают и результаты диагностики по физическому воспитанию. Только 4 человека на начало года находятся на высоком уровне качества усвоения программы (21%), остальные – на среднем (79%).

Не утешают результаты состояния здоровья детей. Большая часть детей имеют II группу здоровья (18 чел.). III группа у 1 ребенка. Трое детей имеет I группу здоровья (абсолютно здоровый). Часто болеющих детей в группе не выявлено.

В группе оформлен паспорт здоровья, в котором отражается уровень физического развития детей и состояния здоровья, заболеваемость, содержатся методические рекомендации по работе воспитателя с детьми и родителями.

С целью выявления роли родителей в формировании здоровья и приобщения детей дошкольного возраста к здоровому стилю жизни в старшей «Б» группе детского сада был проведен анкетный опрос с участием 18 (родителей) респондентов. Анализ полученных данных позволил установить следующее.

Среди ценностных ориентаций родителей первое место занимает крепкое здоровье и морально-нравственные качества. Далее следуют: образование, материальное благополучие и волевые качества (Приложение 1, слайд 5). Приоритетными направлениями деятельности ДОУ родители считают формирование предусмотренных образовательной программой знаний, умений и навыков (61%) и морально-нравственное воспитание (56%). Лишь 2 человека отметили физическое воспитание дошкольников (Приложение 1, слайд 6). Очевидно, что отношение родителей к физическому воспитанию детей в определенной степени противоречит их ценностным ориентациям, ведь в общей системе дошкольного образования именно физическое воспитание призвано вносить главный вклад в формирование здоровья дошкольников.

По мнению родителей, дома дети любят заниматься рисованием и лепкой, смотреть мультфильмы, гулять с родителями. Целенаправленно занимаются физическим воспитанием детей только 2 семьи, что не вызывает оптимизма.

Не все родители имеют возможность уделять внимание укреплению здоровья своего ребенка ежедневно (только 5 человек (28%)). Большая часть родителей (39%) имеет такую возможность только в выходные дни (Приложение 1, слайд 7)

Среди факторов, отрицательно влияющих на состояние здоровья человека, ведущее место родители отводят факторам, не зависящим от них и на которые нельзя оказать какое-либо влияние: наследственные заболевания (72%) и экологические загрязнения (67%). Далее следуют: неправильное питание, вредные привычки, отрицательные эмоции и др.

Среди факторов, способствующих укреплению здоровья человека, первое место родители (респонденты) отводят ежедневным прогулкам (78%), второе — занятиям физическими упражнениями и закаливанию (72%), третье — рациональному питанию (61%). Однако среди мер, предпринимаемых с целью укрепления здоровья детей, только 5 человек (28%) применяют регулярно физические упражнения и закаливание (Приложение 1, слайд 8). Следует отметить выраженное противоречие между пониманием респондентами важности регулярных занятий физическими упражнениями (этому фактору родители отдели одно из первых мест среди других, оказывающих положительное влияние на здоровье) и недостаточной степенью их применения, а также чрезвычайно низким уровнем физической активности родителей.

По мнению родителей, главным фактором, влияющим на развитие интересов детей и их приобщение к здоровому образу жизни, является личный пример членов семьи (отметили 89% респондентов). Однако жизненный опыт родителей вряд ли можно признать позитивным, учитывая регулярность и качество мероприятий, предпринимаемых в семье для укрепления здоровья (Приложение 1, слайд 9).

Проводимый в группе опрос социально-гигиенических условий и образа жизни семей воспитанников показал, что 42% родителей (8 чел.) прекрасно осознают значимость здорового образа жизни, но в силу обстоятельств и личных причин его не ведут (Приложение 1, слайд 10). Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни.

Цель работы с родителями – объяснить актуальность, важность здорового образа жизни для детей, вовлечь их в жизнь группы, повысить образовательный уровень родителей по данному направлению. Отбор форм сотрудничества с родителями я провожу, основываясь на принципах: активности, значимости и оптимальности.

Для определения форм работы с родителями им было предложено заполнить соответствующий опросный лист (Приложение 2).

Для каждой формы подсчитывается количество выборов, что свидетельствует об интересе родителей к данной форме сотрудничества.

Результаты показали, что родители предпочитают в работе с ними использование таких форм, как индивидуальные и групповые беседы, консультации и папки-передвижки, фотовыставки и видеоматериалы, «Гостевание», традиционные родительские собрания (Приложение 1, слайд 12). Родители не особенно стремятся участвовать в мероприятиях, они хотят видеть ежедневную деятельность детей, наблюдать за ними, консультироваться с воспитателем, получая таким образом, необходимые знания о воспитании здорового ребенка, приобщении его к здоровому образу жизни.

Исходя из выбранных родителями форм сотрудничества, были определены следующие направления в работе с ними: информационно-аналитическое, познавательное, досуговое, наглядно-информационное (Приложение 3). Данная педагогическая разработка позволила решить проблему повышения роли родителей в оздоровлении ребенка, приобщении его к основам здорового образа жизни и родители плавно включались в образовательный процесс.

Повышение роли родителей в приобщении детей к здоровому образу жизни, в оздоровлении детей невозможно без повышения педагогической культуры родителей. Большую роль в этом направлении играет организация книжных выставок и наглядная информация. В течение учебного года родителям были представлены фотоматериалы: «Наша жизнь день за днем», «Будь здоров, малыш!», разнообразные консультации (в соответствии с потребностями родителей). Проводились индивидуальные беседы с родителями. Организовывались совместные творческие выставки детей и родителей. Специально для родителей мною были оформлены несколько выпусков газеты «Я здоровым быть мечтаю» (Приложение 1, слайд 13).

В связи с важностью и необходимостью физкультурных занятий обязательно вовлечение родителей в процесс физического воспитания. Они обеспечивали детей формой для занятий.

Тот факт, что двигательная активность полезна для организма человека, бесспорен. Но далеко не все понимают, как важна она для формирования физического и психического здоровья человека и насколько необходимо уже с малых лет приучать наших детей вести здоровый образ жизни. Ведь мозг ребенка получает питание и кислород именно когда ребенок двигается.

Сделана подборка материалов по проведению , корректирующих, релаксационных, дыхательных упражнений, упражнений для глаз, массажа и самомассажа и т.д. Оформлена картотека игр, физ.минуток, игровых упражнений, гимнастики (утренней, после сна, пальчиковой, артикуляционной). Этот материал предлагался и родителям с целью пополнения их педагогических знаний в области оздоровления ребенка, организации свободного времени.

Данные виды деятельности не только способствуют физическому развитию и оздоровлению младших дошкольников, но и создают положительный эмоциональный настрой у детей, бодрое, радостное настроение и вызывают желание заниматься, играть вместе со всеми. Каждый день планируем так, чтобы ребенку в группе было интересно, комфортно. Я считаю, что если ребенок получает положительные эмоции, то у него будет желание заниматься и в дальнейшем, он поделится своими впечатлениями с родителями и заинтересует их.

Разные требования, предъявляемые к детям в детском саду и дома, могут вызвать у них растерянность, неопределенность, обиду и даже агрессию. Для этого необходимо формировать у родителей практические навыки воспитания детей, единые требования. Необходим тесный контакт с родителями! Это также обуславливает выбор вышеуказанных форм работы воспитателя с родителями. Родители приглашались на открытые занятия, режимные моменты, прогулку. Мама и папа видят своего ребенка в отличной в семейной

обстановке, наблюдают его общение со сверстниками и педагогами, открывают в нем новые черты и способности; получают практические знания о методиках проведения физических упражнений, закаливания, различных видов гимнастик, о воспитании культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

Эти строчки из стихотворения говорят о том, что воспитателям детских садов необходимо вести пропаганду здорового образа жизни среди родителей воспитанников, консультировать по вопросам оздоровления, развивать контакт между родителями и детьми, воспитывать чувство ответственности, сознательное и грамотное отношение к своему здоровью.

Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закрепляется опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

**Какой можно сделать вывод?** Если мероприятия по укреплению здоровья детей, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и подвижными играми в семейных условиях, у ребенка развиваются индивидуальные склонности и интересы, а отношение к здоровью становится ценностным.