

Департамент образования и науки Брянской области
Государственное бюджетное образовательное
учреждение Среднего профессионального образования
«Клинцовский социально-педагогический колледж»

Боброва Светлана Александровна

Специальность 44.02.01
Дошкольное образование
Курс 2, группа 121
Форма обучения очная

Работа с семьей по физическому воспитанию дошкольников

Реферат

Научный руководитель

Надточей А.Н.

Клинцы
2015 г.

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей — подрастающего поколения нашей страны. Наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и ДОО. Формируя отношение ребенка к здоровому образу жизни невозможно без активного участия в этом процессе педагогов детского сада и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада в работе ДОО и семьи можно ожидать реальных результатов в формировании отношения детей дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Велика роль семьи в формировании и совершенствовании личности детей. В процессе семейного воспитания дети получают первые уроки жизни, приобретают навыки поведения, представления об окружающем мире и усваивают первоначальные знания о нем. Образ жизни членов семьи, их привычки очень сильно влияют на формирование взглядов и убеждений ребенка. Любые изменения, которые происходят в образе жизни семьи, отражаются в деятельности и поведении воспитанников.

Следовательно, в семье формируется характер личности, также вырабатываются вкусы и привычки здорового образа жизни, манера безопасного поведения. Ребенком осваиваются общечеловеческие нормы и правила поведения, санитарно-гигиенические привычки, формируются первые устойчивые впечатления об окружающем мире, направленность личности, т.е. определяется сфера наиболее значимых для человека ценностных ориентаций и установок.

Таким образом, деятельность родителей представляет собой выработку разумного отношения к организму у ребенка, своему здоровью, привитие ребенку определенных санитарно-гигиенических навыков, любовь к физической культуре, спорту, ведению здорового образа жизни.

Семейное воспитание ребенка, посещающего детский сад дополняет дошкольное воспитание, расширяет его. Семья является исходным пунктом формирования ценностных ориентаций здорового образа жизни личности ребенка. Недаром говорят: «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме».

Таким образом, процесс воспитания и обучения в детском саду, а также семейное воспитание должны оказать существенное опосредованное и непосредственное влияние на формирование здорового образа жизни у дошкольников.

Направления совместной деятельности педагогов ДОО и родителей воспитанников от 5 до 7 лет

I направление «Я познаю себя».

Обучающий компонент. Формирование представлений у детей о себе и других детях. Формирование представлений о половых различиях. Части тела: о пра-

вилах гигиены тела. Воспитывающий компонент. Бережное отношение к своему здоровью. Воспитывать желание быть здоровым.

II направление «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья».

Обучающий компонент. Значение закаливания на состояние организма человека; о значении физической нагрузки на развитие детского организма.

Воспитывающий компонент. Положительное отношение к культурно-гигиеническим процедурам.

III направление «Азбука движений».

Обучающий компонент. О двигательных умениях человека; о значении двигательной активности в жизни людей; о приемах самомассажа.

Воспитывающий компонент. Воспитывать интерес к движению, к совместным подвижным играм детей с родителями.

IV направление «Школа моего питания».

Обучающий компонент. О режиме питания; о полезной и вредной пище; о витаминах.

Воспитывающий компонент. Воспитывать положительное отношение к овощам и фруктам, блюдам из них приготовленным.

V направление «Основы личной безопасности и профилактики травматизма».

Обучающий компонент. Правила безопасного поведения в быту, на улице.

Воспитывающий компонент. Сознательное отношение у дошкольников по безопасности жизнедеятельности.

VI направление. «Культура потребления медицинских услуг».

Обучающий компонент. Обращение с лекарственными препаратами. Знание о пользе и вреде медикаментов.

Воспитывающий компонент. Устойчивые знания по применению лекарства только по назначению врача, родителей и в присутствии родителей.

Принципы взаимодействия с семьей

1. **Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия** — принцип без которого все попытка наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направлять совместные действия на воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни. Чем чаще педагог жалуется на неудачи и неумения ребенка, тем тяжелее найти взаимопонимание и поддержку со стороны родителей. В конечном счете, педагог «расписывается» в бессилии и своей некомпетентности.

2. **Принцип «Активного слушателя»** — это умения педагогов «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.

3. **Принцип согласованности действий.** Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой.

4. **Принцип самовоспитания и самообучения.** Ребенок чувствует как никто другой обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают: «Говорят не кури, а сами курят». Педагоги и родители должны признать свои вредные привычки и постараться от них избавиться.

5. **Принцип ненавязчивости.** Благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнерами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.

6. **Принцип жизненного опыта.** Не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он вам пригодится.

7. **Принцип безусловного принятия.** Вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно, принимать ребенка — значит любить его не за что, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть!

Формы и виды работы в семье и в ДОУ

№ п/п	Формы работы	
	В ДОУ	
1.	Беседы педагога с детьми при: <ul style="list-style-type: none"> • формировании культурно-гигиенических навыков; • организации питания. 	Беседы отца и матери: <ul style="list-style-type: none"> • «Вкусные посиделки»; • чистота тела; • организация сна; • мои чистые игрушки; • я люблю комнатные растения.
2.	Занятия: <ul style="list-style-type: none"> • физическая культура; • обучение плаванию; • динамический час. Праздники, развлечения: «Папа, мама и я — спортивная семья», «Мы за здоровый образ жизни».	Оздоровительные традиции в семье: <ul style="list-style-type: none"> • ходим в сауну; • бассейн; • на лыжах, в походы. Оздоровительные игры в семье: <ul style="list-style-type: none"> • профилактика осанки; • зрения; • плоскостопия; • игры для предупреждения гиподинамии.
3.	Чтение художественной литературы.	Чтение художественной литературы.
4.	Просмотр телепередач (требования САНпиНа)	Просмотр телепередач в выходные дни программы «Здоровье».
5.	Встреча с интересными людьми (спортсмены, тренеры)	Посещение городских мероприятий: <ul style="list-style-type: none"> • все виды соревнований, проходящих в городе

6.	Психотерапевтические прогулки с педагогом-психологом.	Организация игр во время совместных походов: • этюды на выражение удовольствия и радости; • «Замри», «Кто позвал», «Слушай звуки», «Петушиный бой».
7.	Акция «Здоровый образ жизни» • подготовка д/материала.	Непосредственное участие родителей в акции.
8.	Познавательное развитие: • беседы о ЗОЖ; • рассказы из личного опыта; • беседы старшей м/сестры, врача.	Беседы с родителями: • я веду активный и подвижный образ жизни.
9.	Проведение тематических занятий по ЗОЖ «В гостях у Доктора Айболита».	Посещение библиотеки, клуба здоровья.
10.	Тематические мероприятия: • выставки в библиотеке • марафон «Мой выбор»	Тематические мероприятия в городе.
11.	Информационное поле для детей: • выпуск брошюр, плакатов; • анкетирование; • интервьюирование.	Информационное поле для родителей: • непосредственное участие в выпуске плакатов; • газет (подкрепление фотографиями из семейного архива); • анкетирование; • освещение в СМИ.

Совместная деятельность родителей и педагогов по созданию здоровьесберегающей среды в ДОУ и в семье

В семье	В ДОУ
1. По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.	1. В группе создавать условия для свободной двигательной деятельности детей.
2. Желательно приобрести несколько настольно-печатных игр (учитывая возраст детей) по формированию привычки к здоровому образу жизни.	2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснить родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
3. Выполнение режима дня дома в выходные дни.	3. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек как основу

	становления характера ребенка.
4. Вспоминать о своем детстве и рассказывать какими видами спорта вы любите заниматься, в какие подвижные игры вы играли со сверстниками.	4. Оказывать постоянное внимание и проявлять уважение к выбору подвижных игр. Привлекать детей, обучающихся в различных спортивных секциях к взаимообучению сверстников.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20 +22 °С.	
6. Дома оборудовать рабочее место ребенка, правильно расположив его по отношению к окну.	6. Соблюдение требований САНПиНа по организации жизни детей в ДОУ.
7. Добиваться самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур.	
8. Уделять особое внимание культуре поведения ребенка за столом.	
9. Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендациями врача.	
10. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.	10. Пропагандировать среди родителей детской литературы, являющейся педагогически ценной.
11. Личный пример взрослых родителей и педагогов — мамы за здоровый образ жизни: отказ от вредных привычек; участие в спортивных соревнованиях; пешеходные прогулки; здоровое питание; соблюдение режима дня; двигательная активность и т.п.	
12. По мере возможности расширять сферу контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.	12. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни.

Традиции семей воспитанников детского сада

№ п/п	Традиция	Содержание
1.	Семейный стол	Взрослые должны есть вместе с детьми, чтобы создать дружескую атмосферу, научить детей расслабляться, отдыхать. Своей культурой общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом, положительное отношение к здоровой пище вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.
2.	Мы ходим в по-	Эта традиция «для ума и тела». Во время прогулок есть возможность по-

	ходы	говорить с ребенком на интересующие его темы.
3.	Лыжные прогулки	В развитии и формировании у ребенка привычки к здоровому образу жизни большое значение имеет физическое воспитание, укрепление сил и здоровья, выработка правильной осанки и санитарно-гигиенической культуры.
4.	Мы ходим в баню	Во-первых, это общение с семьей. Во-вторых, бани — первое средство, чтобы укрепить иммунитет, повысить общую сопротивляемость организма инфекциям, улучшить кровообращение и вывести из организма все шлаки.
5.	Общение с детьми	Общение с ребенком согласно принципам Ю. Б. Гиппенрейтер: <ul style="list-style-type: none"> • Безусловное принятие • Законы «зоны ближайшего развития» • Давайте вместе • Передача ответственности детям • Позволение ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, становится «сознательным» <ul style="list-style-type: none"> • «Активное слушание»
6.	Совместное чтение	Ежедневное чтение художественной литературы способствует не только интеллектуальному развитию. Ребенок получает опыт выбора литературы для чтения, учиться слушать и слышать. Голос матери, отца, близких на всю жизнь сохранится в памяти, воспоминания о совместно проведенном времени поможет в воспитании уже своих детей.

Алгоритм взаимодействия воспитателя с родителями по физическому воспитанию детей раннего возраста:

- Воспитатель в присутствии детей приглашает взрослого к участию в совместной подвижной игре и демонстрирует возможные образцы деятельности с ключевыми предметами;
- Игровые действия повторяются несколько раз, сопровождаясь эмоционально окрашенными положительными высказываниями.
- В процессе совместной игры воспитатель знакомит родителей с разнообразием основных ключевых предметов и с приемами их игрового использования.
- Затем воспитатель приглашает ребенка и проигрывает с ним несколько вариантов действий с ключевыми предметами. Родитель ставится в позицию наблюдателя и еще раз получает возможность усвоить способы организации физического воспитания в семье.
- По окончании совместной игры с малышом, воспитатель предлагает родителю самостоятельно организовать эту игру с одним-двумя детьми.

Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей младшего дошкольного возраста (от 3 до 5 лет):

- Период формирования двигательных умений и навыков детей на основе подражания действиям взрослых или сверстников. Особенности двигательного поведения детей этого возраста является совершенствование навыков ходьбы, бега и лазания, а также освоение таких форм движения, как езда на трехколесном велосипеде, снегокате, катание на лыжах, выполнение движений с предметами и упражнений на тренажере.
- Формировать овладение различными формами прыжков, метания;
- Учить освоению упражнений с сохранением равновесия (ходьба по ограниченной поверхности: скамейке, бревну, снежному буму, бордюроному камню).
- Основным мотивом для выполнения детьми физических упражнений остается совместная подвижная игра с взрослым и другими детьми и желание закрепить новые умения и навыки.

Развивающая среда дома:

- Предоставить в свободный доступ велосипед, санки, качели, подвесную сетку — мешок для метания мячей, простейшие тренажеры (мини-велотренажер, мини-степпер – «ступеньки»), мяч — прыгунок (хоп) и лыжи.
- Необходимо оборудовать место для самостоятельной двигательной активности: активности детей, освободив участок комнаты и застелив его ковровым покрытием. Без тренажера и сетки для метания можно обойтись, но есть одна игрушка, без которой жизнь ребенка младшего дошкольного возраста была бы тусклой и бедной. И эта игрушка — мяч.

Мяч является ключевым предметом, способствующим развитию у детей координации движений, ловкости, быстроты реакции, тренировки их в меткости, умении действовать по сигналу и согласованию своих действий с действиями других участников игры. Родителям необходимо объяснять уникальность и универсальность мяча, которая определяется теми свойствами, которыми он обладает: катиться, подскакивать, подлетать вверх, отлетать от преграды в результате приложения к нему физического усилия.

Педагогам детского сада необходимо помочь родителям освоить простые ежедневные забавы с мячом, способные приносить пользу и доставлять истинную радость ребенку.

- Ключевая позиция взаимодействия воспитателя с родителями строится на основе определенного алгоритма (с использованием мяча).
- необходимо организовать деятельность не индивидуально, а малыми подгруппами (3-4 взрослых и столько же детей).
- Алгоритм взаимодействия воспитателя с родителями детей 3-5 лет может быть таким: воспитатель начинает игру с подгруппой родителей (2-3 чел.), а затем привлекает к совместной деятельности дошкольников (или наоборот, сначала начинает игру с детьми, а затем привлекает взрослых). После этого пред-

ставляет участникам игры возможность продолжить действия самостоятельно. По такой схеме построены подвижные игры. При организации индивидуального консультирования все рекомендованные упражнения специалист должен выполнять вместе с ребенком и его родителями (для формирования двигательного образца осваиваемых движений).

Воспитатель может порекомендовать родителям во время совместных упражнений использовать музыкальное сопровождение: включать песенки их любимых мультфильмов. По окончании выполнения упражнений следует сменить характер музыкального сопровождения на спокойный и расслабляющий, чтобы ребенка было легче переключить на другой вид деятельности.

Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет):

Поддерживать интерес детей к занятиям спортом и одновременно повышенное внимание к возможным физическим перегрузкам — одно из ведущих направлений взаимодействия педагогов и родителей. Многие родители приобретают для пятилетних детей двухколесный велосипед и роликовые коньки, ласты и маску для подводного плавания, скутер и сногocat, коньки и скейтборд. У них возникает желание видеть своих детей умными, ловкими, грациозными и подтянутыми, но организовать систематические игры и занятия с использованием этого спортивного инвентаря большинству семей не удается. Воспитателям необходимо проводить разъяснительную работу по использованию универсальных игрушек, которые позволят взрослым организовать интересную ежедневную двигательную практику детей.

Анкета

«Отношение родителей к здоровью и здоровому образу жизни своего ребенка»

1. Болел ли ваш ребенок в последние полгода?
2. Если болел, перечислите заболевания?
3. Сколько дней болел Ваш ребенок?
4. У ребенка есть постоянный режим дня?
5. Ежедневно ли Ваш ребенок выполняет утреннюю гимнастику?
6. Ежедневно ли он чистит зубы?
7. Сколько времени ежедневно проводит ребенок на свежем воздухе?
8. Употребляет ли фрукты, овощи?
9. Регулярно с ним проводите закаливающие процедуры?
10. Занимается ли ребенок в спортивной секции, танцами или другими видами двигательной активности?
11. У ребенка есть книги о здоровье и здоровом образе жизни?