

## СИСТЕМА РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ ПО ОХРАНЕ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Дошкольный возраст – яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период закладывается фундамент здоровья. Здоровые дети веселы, бодры, увлечены, им хорошо везде и всюду. Семья и дошкольные учреждения – два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка их взаимодействие необходимо.

Охрана и укрепление физического и психического здоровья ребенка, его физическое развитие и эмоциональное благополучие, формирование основ двигательной и гигиенической культуры – основная задача и приоритетное направление деятельности нашего дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 7 «Ёлочка». Хотелось бы показать точки соприкосновения родителей и специалистов детского сада в реализации данной проблемы.

Основой оздоровительной работы с детьми является диагностика состояния здоровья и уровня физической подготовки детей дошкольного возраста. В начале учебного года медицинским персоналом нашего дошкольного учреждения заполняются индивидуальные паспорта здоровья на каждого воспитанника. Такой паспорт содержит **выписку из медицинских карт ребенка основных показателей физического развития** и здоровья ребенка, **рекомендации по обеспечению здоровья** каждого воспитанника (приложение 1.). Такая система динамического наблюдения за состоянием здоровья детей позволяет оценить эффективность проводимой профилактической, оздоровительной и реабилитационной работы в группе и дошкольном учреждении в целом.

Индивидуальные паспорта здоровья хранятся в группе, это позволяет не только медицинским работникам, но и педагогам иметь четкую картину о состоянии здоровья каждого ребенка. Это служит основанием для разработки конкретных рекомендаций родителям. Так, например, если одну возрастную группу посещают несколько часто болеющих детей, в уголке для родителей этой группы появляется информация на тему: «Семь родительских заблуждений о морозной погоде», «За здоровьем – босиком» и др. Из нее родители могут узнать о тех мероприятиях, которые проводятся в группе детского сада по борьбе с инфекцией и о том, что необходимо делать им самим; как правильно одевать ребенка, чтобы он не перегрелся и не переохладился; что психологический комфорт является одним из основных условий поддержания защитных сил организма на высоком уровне и т.д.

Активному сотрудничеству семьи и детского сада способствуют совместные мероприятия, утренники, дни открытых дверей, тематические выставки...

Особый интерес у детей и родителей вызывает спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», где на время взрослые превращаются в детей, а дети гордятся участием в соревнованиях своих родителей. Вот отзывы некоторых родителей:

- «Участвуя в соревнованиях вместе с детьми, я, как и другие родители, получила большой заряд бодрости и энергии. Глядя на детей, нельзя было не заразиться радостью и задором, духом соперничества, которые исходили от них. Я осталась очень довольна и этими соревнованиями, и тем, как в них участвовали дети и родители. Спасибо организаторам этого праздника, который дал взрослым возможность почувствовать, что и мы еще совсем недавно были детьми». (И.В. Горук).
- «Наша семья присутствовала на спортивном празднике в полном составе: папа с сыном – участники, мы с дочкой – болельщики. Праздник удался на славу! Сколько радости на глазах детей! Спортивный азарт, желание прийти к финишу первым – словно детство вернулось! А мы кричали, визжали, хлопали в ладоши! На какое-то время отключились от «быта», от проблем и забот. Спасибо, милые воспитатели, за подаренную нам радость, за улыбки детей! От всей души благодарим Вас за Ваш великий труд, за теплоту и доброту, которой Вы щедро делитесь и с детьми, и с родителями!» (Т. Констроментинова).

Другой эффективной формой работы с родителями является включение последних в разнообразную продуктивную творческую деятельность. Традиционным в дошкольном учреждении, стало проведение семейных конкурсов с акцентом на различные аспекты здоровьесбережения.

С целью укрепления взаимодействия детского сада и семьи по профилактике детского дорожно – транспортного травматизма ежегодно проводятся конкурсы семейных газет «Пусть горит зеленый свет!», совместный детско-родительский конкурс рисунков на асфальте «Мир на колесах», творческий конкурс сказок для чтения и обсуждения по ПДД и др. Чтобы приобщить родителей к работе по оздоровлению детей, были проведены конкурс проектов «Со спортом дружить – здоровым быть», конкурс на лучший коврик для массажа детских ножек. Родительской фантазии нет предела!!! А сколько радости доставляет детям созерцать работы своей мамы или папы в группе. Сейчас, просыпаясь после дневного сна, дети с большим удовольствием выполняют упражнения по профилактике плоскостопия, ведь в создании ковриков для «топтыжек» принимали участие и они.

Одной из основных задач, стоящих перед педагогами дошкольного учреждения является задача обеспечения эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка, обеспечение социально – эмоционального благополучия дошкольников в детском саду и семье.

Ранней осенью дети приходят в детский сад и должны к нему адаптироваться. В первую очередь это касается, конечно, «новеньких» детей; но и «стареньким» тоже нужно время, чтобы вновь вписаться в режим детского сада, найти себе место в сообществе сверстников. Если мы хотим, чтобы наши дети были психически здоровыми, чтобы они были успешными в школе и нашли достойное место в жизни, следует уже сейчас, начиная с дошкольного возраста, заботиться об этом, сознавая, что одним из основных показателей психосоматического здоровья являются адаптация и самореализация детей в коллективе сверстников. И здесь необходима помощь практического психолога.

Педагогом - психологом дошкольного учреждения разработана программа занятий по педагогической поддержке детей дошкольного возраста в период адаптации – «Поддержка». На каждого ребенка заведена индивидуальная тетрадь. Разработаны и ведутся тетради родителей с заданиями и упражнениями, предназначенными для конкретных детей.

Серьёзное внимание уделяем психолого-педагогическому всеобучу родителей. Около десяти лет в ДООУ работает «Родительский клуб». Занятия проводятся в форме лектория, тренинга, бесед. Материалы встреч оформляются в сборники: «Адаптация в детском саду», «Как подготовить ребенка к школе», «Растим будущего первоклассника», «Детские страхи» и т.д. Традиционно родители по итогам встречи получают брошюру с рекомендациями, советами по воспитанию, развитию детей.

Не секрет, что во многих дошкольных учреждениях остается неразрешенной проблема – взаимодействие с родителями из группы риска, «условно благополучными». Это родители, зачастую излишне требовательные к своему ребенку или, наоборот, чрезмерно его опекающие. Во многих таких семьях наблюдается дефицит гармоничного общения родителей с детьми.

В связи с этим, в практике инструктора по физической культуре нашего образовательного учреждения, появилась новая форма работы – совместные физкультурные занятия родителей с детьми с целью гармонизации детско – родительских отношений. Гармонизация отношений между детьми и родителями на совместных физкультурных занятиях происходит посредством установления эмоционально – тактильного контакта, выполнения физических упражнений в паре и ощущения радости от совместной двигательной деятельности.

Практика показывает, что такая форма позволяет повысить эффективность взаимодействия дошкольного учреждения с семьей в вопросах здоровья, так как родители на практике знакомятся со здоровьесберегающими технологиями и охотно осваивают физические упражнения. Кроме того, совместная с детьми двигательная деятельность содействует формированию гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями, изменению в представлении родителей образа ребенка в положительную сторону.

Семья – уникальный первичный социум, который не может дублировать общественные воспитательные институты в формировании у ребенка ощущения психологической защищенности, «эмоционального тыла», поддержки. В этом великое значение семьи для человека вообще, а для дошкольника в особенности. Не случайно среди специалистов считается, что семья есть институт эмоциональных отношений. Весьма эффективным в нашей практике оказался опыт проведения конкурса семейных гербов. Герб – это особый отличительный знак государства, города, а в старину – и знатной семьи, рода. Как интересно и непросто, оказалось, составить собственный герб. Важно, что, участвуя в этом мероприятии, родители и дети узнали много нового не только о себе, но и о своих предках. А узнав – научились любить и уважать историю своей семьи. Безусловно, конкурс стал средством установления межличностных отношений и средством их гармонизации; способствовал

благоприятному взаимодействию педагогов с воспитанниками и их родителями, улучшению психологического климата в семье.

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи. Становлению и обогащению культуры здоровья родителей может способствовать такая форма взаимодействия с родителями, как изданная в дошкольном учреждении газета. Газета выходит и распространяется среди родителей воспитанников нашего детского сада раз в квартал. Содержание номеров формируется по актуальным вопросам воспитания. Рубрики напрямую связаны с темой газеты: «К согласию через доверие», «На пороге школьной жизни», «Ступенька к школе», «Я учусь говорить» (для логопедических групп) и др. Газеты включают такие традиционные рубрики, как «Поможем себе», «В семейную копилку», «Советы врача», «Психолог рекомендует», «Это любопытно», «Игротека». Практика показывает, что в начале учебного года родителей беспокоят проблемы адаптации ребенка к детскому саду или предстоящему обучению в школе. Поэтому первый номер газеты всегда посвящен этим проблемам: «Ваш ребенок идет в детский сад» (по вопросам адаптации – номер газеты для родителей детей из младших групп), «Скоро в школу» (для родителей детей старших дошкольников) и др. Всегда актуальны вопросы, связанные с приучением дошкольников к режиму, с воспитанием культурно – гигиенических навыков. Не безынтересны родителям и вопросы профилактики плоскостопия и нарушений осанки в дошкольном возрасте, организации двигательной активности своих детей. Поэтому во многих газетах имеется рубрика «Полезные советы». В этой рубрике можно найти рекомендации врача – педиатра, а инструктор по физической культуре предложит соответствующие возрасту подвижные игры, порекомендует спортивную секцию.

Практика показывает, что в настоящее время такая форма работы с семьей становится очень востребованной и эффективной, так как она отвечает запросам и потребностям современной семьи. Родители не всегда могут посещать мероприятия, организованные для них детским садом, но полученную газету, прочитают обязательно в удобное для них время.

Одним из важных условий эффективности взаимодействия семьи и детского сада является совместная творческая деятельность родителей и детей. Интересен в этом отношении опыт проведения субботников.

Как только выпадет снег во дворе детского сада, появляются сказочные фигуры, персонажи любимых сказок, горки, лабиринты. Всё это необходимо для организации двигательной активности детей, игры на прогулке. Нам созвучно высказывание великого педагога Я.А. Коменского: «Чем больше деятелен ребенок, чем больше он бегаёт, работает, тем лучше он спит после этого, тем лучше он растёт, тем свежее и бодрее будет он телом и духом». Это хорошо понимают педагоги и родители детей, посещающих наше дошкольное учреждение. Поэтому неслучайно активными участниками субботников по оформлению зимнего участка становятся родители наших воспитанников. Снежные постройки – не только зимнее украшение, но и мощное педагогическое средство для сплочения педагогов, родителей и детей. «Раскрытие» творческого

потенциала родителей и детей в совместной деятельности предусматривает более глубокое познание их друг другом, что изменяет к лучшему межличностные отношения в семье, повышает авторитет родителей, создает условия для нового восприятия ими собственных детей, улучшает психологический климат. Яркие, красочные снежные фигуры поистине создаются для здоровья и радости!

Мы считаем, что представленный опыт – лишь начало большой, серьезной работы, которую необходимо с каждым годом совершенствовать, вовлекая все большее количество семей в планомерный процесс охраны и укрепления здоровья детей. Наша инновационная деятельность подтверждает, что один из реальных способов оптимизации здоровья дошкольников – энергичная экспансия и настойчивость в продвижении идей здоровья на семейном уровне.