

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 16»

Сообщение из опыта работы на тему

«Привлечение родителей к активному, здоровому образу жизни посредством совместных оздоровительных мероприятий с детьми в условиях социальной группы»

Подготовили :

Дрынова Татьяна Александровна -  
социальный педагог

Волжина Наталья Викторовна –  
воспитатель



«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегают, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

Жан Жак Руссо

### Актуальность

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

Приоритетным направлением деятельности является сохранение и укрепление здоровья воспитанников, педагоги ищут эффективные способы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Это в свою очередь предусматривает повышение роли родителей в вопросах оздоровления детей, приобщение их к здоровому образу жизни, создание семейных традиций физического воспитания.



## **Цель**

Формирование в содружестве с родителями потребности к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста

## **Задачи**

- \* Повышать педагогическую культуру родителей
- \* Изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания
- \* Обогащать знания о ЗОЖ через различные виды деятельности
- \* Создать единое здоровьесберегающее пространство в детском саду и дома



# Принципы взаимодействия с семьей

- Принцип партнерства, взаимопонимание и доверия
- Принцип «Активного слушателя»
- Принцип согласованности действий
- Принцип самовоспитания и самообучения
- Принцип ненавязчивости
- Принцип жизненного опыта
- Принцип безусловного принятия



## Мероприятия для сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей

- родительские собрания
- консультации
- конкурсы рисунков, поделок
- спортивные праздники
- папки-передвижки
- личный пример педагога
- практические показы



В связи с пандемией, к сожалению, некоторые формы работы с родителями видоизменились. Мы не можем, как раньше собираться на родительские собрания в группах, проводить совместные праздники, но у нас есть возможность построения взаимодействия с семьей на качественно новой основе, предполагающей не просто совместное участие в воспитании ребенка, но и осознание общих целей, доверительное отношение и стремление к взаимопониманию, желание родителей не только получать консультации от педагогов, но и делиться собственным семейным опытом, своими традициями. Одной из важнейших форм является пропаганда семейного опыта воспитания здорового образа жизни.



## Участие родителей в семейном проекте «Маршрут выходного дня»

Целью таких проектов является привлечение внимания родителей к проведению совместных выходных дней с детьми, обмен опытом семейного отдыха.

Семья Косиловых и Козиных поделилась с нами впечатлениями о рыбалке на реке Тускарь. Их поддержала и семья Алешиных, рассказав нам о пользе пеших прогулок на природе, у водоемов.

На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши,  
только помни на природе  
одевайся по погоде.



Косиловы – дружная и спортивная семья. Ксения Олеговна и Александр Николаевич воспитывают своих детей под девизом: «Кто любит спорт, тот здоров и бодр».





Большая семья Козина Влада  
любит активный отдых, и  
совместные праздники они  
проводят в любое время года на  
свежем воздухе.



Первыми победами Влада в секции карате гордятся не только вся его семья, но и, конечно, его родные воспитатели и ребята в детском саду.



## Семья Срывкова Максима

Глава семьи Срывков Евгений Сергеевич старается устраивать для своих детей спортивные праздники и соревнования.

Пройдут годы, дети забудут песни и стихи, которые звучали на празднике, игры в которые играли, но в своей памяти они навсегда сохранят тепло общения, радость сопереживания. Подобные мероприятия сплачивают их семью.



## Семья Печенкиной Софии

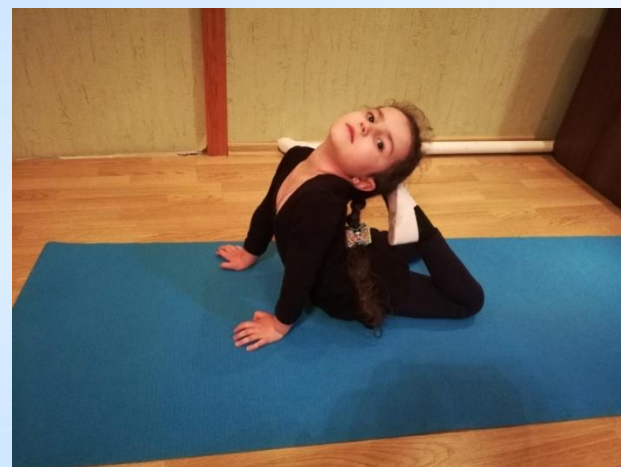
Мама Софии – Левицкая Юлия  
Анатольевна – балерина. Она  
прививает своим дочерям  
любовь к искусству и здоровому  
образу жизни.

София и Маша Печенкины  
занимаются гимнастикой и  
несмотря на свой юный возраст  
уже выступают с мамой на  
сцене.



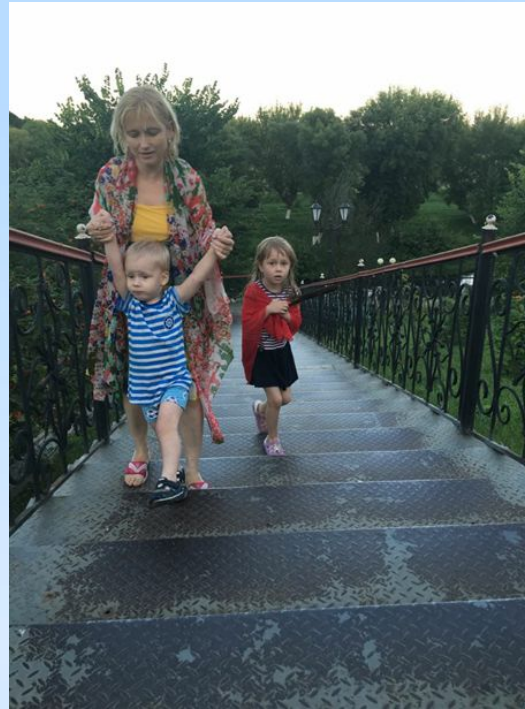
## Семья Назаретян Дарины

Отмечает важную роль спортивных секций в формировании личности ребенка, его мировоззрении, отношении к себе и окружающим. Мама и папа Дарины считают, что тренируясь, общаясь со сверстниками, увлеченными тем же видом спорта, слушая тренера, их дочь черпает знания, укрепляет здоровье. Дети, увлеченно занимающиеся спортом в дошкольный период, реже подвержены негативным привычкам в школьные годы.



## Семья Дрыновых.

Традиция семьи Дрыновых – посещение святых мест и купание в источниках. Закаливание – это хороший метод укрепления здоровья. Главное подходить к этому вопросу ответственно, все делать, посоветовавшись с врачом. Купание в святых источниках на протяжении веков было одним из любимых обычаев русского народа. Освященные купели устраивают в местах выхода на поверхность подземных ключей, на реках и озерах. Радостно и полезно смыть телесную и душевную хандру ключевой водой. Не забывая при этом, что место святое.



# Семейный опыт здорового образа жизни отражается в нашем журнале «Непоседы».

## Физкультурный досуг «Быть здоровыми хотим.»

Осень – замечательная пора для проведения осенних досугов и развлечений. По традиции в октябре в нашей группе прошел досуг «Быть здоровыми хотим».

Целью нашего спортивного мероприятия было создание у детей бодрого, радостного настроения, закрепление умений и навыков, полученных на физкультурных занятиях, содействие развитию у детей чувства товарищества, коллективизма, взаимопомощи.

В соревнованиях принимали участие две команды: «1 группа» и «2 группа». Дети с большим удовольствием все преграды, помогали друг другу, переживали и радовались друг за друга, показывая свою ловкость, быстроту, смекалку и стремление побеждать. Спортивный зал и желание добиться победы для своей команды захватывали детей.



## Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей

Социальный педагог  
Дружина  
Татьяна Александровна

Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его.

**ПОМНИТЕ:** пример родителей является определяющим при формировании привычек и образа жизни ребенка.

Растущий организм ребенка нуждается в особой заботе, поэтому детям необходимо соблюдать режим труда и отдыха.

Приучите Вашего ребенка самого заботиться о своем здоровье: выполнять гигиенические процедуры, проветривать помещение и т.д.

Контролируйте досуг: вашего ребенка: просмотр телепередач, встречи с друзьями, прогулки на свежем воздухе.

Традиции здорового питания в семье – залог сохранения здоровья ребенка.

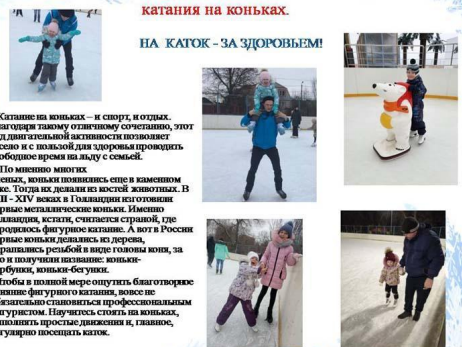
В формировании ответственного отношения ребенка к своему здоровью используйте пример авторитетных для него людей: известных актеров, музыкантов, спортсменов.

Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей

Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его.

## Наши родители делятся опытом и рассказывают о пользе катания на коньках.

### НА КАТОК – ЗА ЗДОРОВЬЕМ!



Катание на коньках – и спорт, и отдых. Благодаря такому отличному сочетанию, этот вид двигательной активности позволяет воссоздать и с пользой для здоровья проводить свободное время на льду с семьей.

По мнению многих ученых, коньки появились еще в каменном веке. Голландцы, немцы, англичане. В XIII – XIV веках в Голландии изготовили первые металлические коньки. Известно Голландцы, кстати, считается страной, где зародилось фигурное катание. А вот в России впервые коньки появились на берегах, украшались резьбой в виде головы коня, за что и получили название: конько-гофрики, коньки-бушуй.

Чтобы в полной мере ощутить все удовольствие катания на коньках, вовсе не обязательно становиться профессиональным фигуристом. Начиная стоять на коньках, выполняй простые движения и, главное, регулярно посещай каток.

## Зимние забавы

«Дети, проводивший зиму без прогулок, потерян для его здоровья»  
Г. А. Спреванский

Известно, что больше всех зиме радуются дети. Ведь у них теперь будет много новых развлечений и забав – можно кататься на санках и с ледяных горок, бегать в сугробах, лепить снеговиков и устраивать поединки на снежках.

Пришла холодная зима, Укрыла снегом все дома. А мы оденемся теплей И побегам играть скорей. На санках покатаемся, В сугробах повоюем. Как здорово играть зимой, Совсем не хочется домой.



Итак, в чем же польза катания на фигурных коньках

Укрепляет мышцы. Красивая фигура и осанка обеспечена всем, кто решится заняться фигурным катанием. Катание на коньках очень хорошо укрепляет мышцы и поддерживает их в тонусе. Этот вид спорта хорошо тренирует вестибулярный аппарат, развивает координацию движений, укрепляются и становятся более эластичными связки.

Тренируем дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Катание на коньках очень полезно для легких, сердца и всей системы кровообращения. Особенно полезны тренировки на открытых катках. Свежий воздух будет способствовать укреплению здоровья. Но старайтесь дышать только через нос, чтобы, проходя через носовые ходы, холодный воздух успевал согреться.

Повышаем иммунитет, поднимаем настроение и заряжаемся энергией. Регулярные тренировки на свежем воздухе – это отличная профилактика множества недугов и укрепление иммунитета.



## Наши родители делятся опытом и рассказывают о пользе катания на коньках.



### НА КАТОК - ЗА ЗДОРОВЬЕМ!

Катание на коньках – и спорт, и отдых. Благодаря такому отличному сочетанию, этот вид двигательной активности позволяет весело и с пользой для здоровья проводить свободное время на льду с семьей.

По мнению многих ученых, коньки появились еще в каменном веке. Тогда их делали из костей животных. В XIII - XIV веках в Голландии изготовили первые металлические коньки. Именно Голландия, кстати, считается страной, где зародилось фигурное катание. А вот в России первые коньки делались из дерева, украшались резьбой в виде головы коня, за что и получили название: коньки-горбунки, коньки-бегунки.

Чтобы в полной мере ощутить благотворное влияние фигурного катания, вовсе не обязательно становиться профессиональным фигуристом. Научитесь стоять на коньках, выполнять простые движения и, главное, регулярно посещать каток.



### А же польза катания на фигурных

коньках укрепляет мышцы. Красивая фигура и осанка обеспечена всем, кто решит заняться фигурным катанием. Катание на коньках очень хорошо укрепляет мышцы и поддерживает их в тонусе. Этот вид спорта хорошо тренирует вестибулярный аппарат, развивает координацию движений, укрепляются и становятся более эластичными связки.

Тренируем дыхательную и сердечно-сосудистую систему. Катание на коньках очень полезно для легких, сердца и всей системы кровообращения. Особенно полезны тренировки на открытых катках. Свежий воздух будет способствовать укреплению здоровья. Но старайтесь дышать только через нос, чтобы, проходя через носовые ходы, холодный воздух успевал согреваться.

Повышаем иммунитет, поднимаем настроение и заряжаемся энергией. Регулярные тренировки на свежем воздухе – это отличная профилактика множества недугов и укрепление иммунитета.





Совместная работа с родителями привела к значительному повышению уровня педагогических знаний родителей. Сформировалась активная родительская позиция, улучшился эмоциональный климат. Отношения родителей к ребенку стали более адекватными его возрасту; родительская оценка возможностей ребенка изменилась в сторону большей объективности, уровень родительских притязаний соотносится со способностями ребенка. Повысилась эмоциональная насыщенность и информативность контактов родителей с детьми, педагогами ДОО. Стало реальностью готовность родителей к конструктивным партнерским взаимоотношениям с педагогами ДОО в вопросах приобщения к здоровому образу жизни.



Спасибо за внимание.

