

Семинар-практикум «Формы взаимодействия ОУ и семьи по формированию у детей здорового образа жизни»

Цель: создание информационного пространства для обмена педагогическим опытом и повышения профессиональной компетентности, мастерства педагогов ДООУ по взаимодействию с родителями по формированию ЗОЖ у дошкольников.

Ход мероприятия:

Часть I. Теоретическая

- Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мы с вами проводим семинар по видам и способам организации совместной работы ДООУ и родителей по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

Актуальность данной темы состоит в том, что в последние годы резко увеличилось количество детей с разного вида нарушениями в развитии. Сократилось число здоровых детей. Поэтому задачей ОУ является необходимость формирования основ здорового образа жизни детей и их родителей.

Уважаемые коллеги, давайте попытаемся дать определение понятия «здоровье» (*обсуждение*).

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (определение ВОЗ).

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) — образ жизни человека, направленный на профилактику заболеваний и укрепление здоровья.

Таким образом, работа по формированию у детей здорового образа жизни должна вестись по трем направлениям: физическая составляющая, социально-психологическая и духовно-нравственная. Без активного участия родителей это трудновыполнимая задача.

Часть II. Практическая

-Уважаемые коллеги, предлагаю разделить на три группы и попробовать сформулировать определения «физическое здоровье», «психическое здоровье» и «социальное здоровье» (*обсуждение вначале в группах, затем совместное*).

Физическое здоровье – это физическое благополучие, наилучшее протекание физиологических процессов, наличие резервных возможностей организма, приспособление к изменениям в окружающей среде, а также рост, развитие и

функциональное состояние организма в пределах среднестатистической нормы, отсутствие заболеваний и дефектов.

Психическое здоровье – эмоциональное состояние, способность адекватно оценивать себя и окружающий мир, умение взаимодействовать с людьми, развитую систему духовных ценностей, стремление к развитию и совершенствованию (ВОЗ).

Социальное здоровье – это такое состояние человека, при котором его биопсихические возможности способствуют установлению равновесия с социальной средой путем адаптации и конструктивной активизации в ней, следуя нравственным социальным нормам.

- Какие технологии мы можем использовать в ОУ для сохранения и укрепления всех трех составляющих здоровья? (*здоровьесберегающие*).

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителей, ребенка и медицинского работника, ребенка и психолога, педагога и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформулировать у него необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Выделяются 3 группы здоровьесберегающих технологий:

- 1) технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- 2) технологии обучения здоровому образу жизни;
- 3) коррекционные технологии.

Реализация этих технологий осуществляется педагогами ОУ во всех сферах деятельности с детьми. Активное участие родителей в деятельности ОУ, проводимых совместных мероприятиях позволяет добиться единства требований к физическому развитию и оздоровлению дошкольников и достичь наилучших результатов.

- Уважаемые коллеги, давайте назовем, что мы можем отнести к каждой из трех групп здоровьесберегающих технологий (*обсуждение в группах, затем совместное*)

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

Технологии обучения здоровому образу жизни: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, серия игровых занятий о ЗОЖ, самомассаж, активный отдых.

Коррекционные технологии: артикуляционная гимнастика, логоритмика, технология музыкального воздействия, релаксация, сказкотерапия, арттерапия, песочная терапия, психогимнастика.

Очень важно донести до детей оздоровительную направленность вышеперечисленных технологий, чтобы используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала у них мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.

Для того, чтобы мотивация на здоровый образ жизни у детей была устойчивой, необходимо воспитание валеологической культуры родителей, осознанного отношения к здоровью детей.

Процесс формирования понимания ценности здоровья родителями может осуществляться по следующим направлениям:

1. Формирование у родителей представления о здоровом образе жизни, как ценности.
2. Знакомство родителей с различными формами здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении.
3. Организация совместной с родителями оздоровительной работы.
4. Профилактика эмоционального неблагополучия.

-Уважаемые коллеги, какие формы взаимодействия с родителями мы можем использовать в ОУ для этой цели? (*совместное обсуждение*)

- 1) анкетирование родителей с целью выявления дефицита знаний по вопросам здоровьесбережения детей, актуализации интересующих вопросов;
- 2) семинары-практикумы для родителей по интересующим темам (например, «Профилактика плоскостопия», «Чтобы осанка была красивой», «Мир эмоций», «Почему так важен режим» и др.);
- 3) физкультурные досуги, праздники совместно с родителями;
- 4) приглашение родителей для проведения утренней гимнастики с детьми, подвижных игр на прогулке;
- 5) информационно-просветительские (газеты, буклеты, памятки и пр.);
- 6) участие родителей в творческих группах (инициатива по проведению мероприятий переходит к родителям);
- 7) привлечение родителей к изготовлению спортивных атрибутов;

8) акцентирование внимания родителей на эмоциональном состоянии ребенка (ежедневные отметки на стенде «Мир эмоций» - с каким настроением ребенок пришел и ушел из детского сада);

9) творческо-продуктивные формы (викторины, тематические выставки рисунков, фотографий, презентации, проекты).

Часть III. Подведение итогов. Выводы по семинару.

- Уважаемые коллеги, что нового для себя и своей работы вы узнали на сегодняшнем семинаре?
- Что вы уже использовали в своей работе?
- Что вы планируете применять?
- С чем вы не согласны?