

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №3

Инновационные подходы в организации работы с родителями по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей

Подготовила : Грицаенко Ирина Николаевна
Старший воспитатель
Детский сад №3
г. Нелидово
2017 г.

Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года

Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют преимущественное право на обучение и воспитание детей перед всеми другими лицами. Они обязаны заложить основы **физического**, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка.

(Закон «Об образовании в РФ»

(Глава 4) (Статья 44)

Федеральный закон
«Об образовании в
Российской
Федерации»



В Федеральном Государственном Образовательном Стандарте дошкольного образования важнейшей задачей, является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия)»



Основные направления взаимодействия ДОУ с семьей

Направление	Формы
Рекламное	Стенды Дни открытых дверей Работа сайта ДОУ Публикация Сотрудничество со СМИ
Диагностическое	Анкетирование Опросы Беседы Тестирование Комплексные исследования Работа почтового ящика
Психолого-педагогическое	Наглядная педагогическая пропаганда Родительские собрания Консультации Беседы Тренинги Игра Работа «Родительского клуба» Мастер классы
Непосредственное участие родителей в образовательном процессе	Участие родителей в проектно-познавательной деятельности детей Участие родителей в трудовых, спортивных, культурно - досуговых мероприятиях

Анкетирование родителей

Приложение 1

Анкета для родителей

«Какое место занимает физкультура в Вашей семье?»

Уважаемые родители!
 Просим Вас заполнить предложенную анкету, подписывать ее не нужно, опрос проводится анонимно!

1. Считаете ли Вы проблему физического развития и здоровья детей актуальной для Вашей семьи?

- Да.
- Нет.

2. Кто из родителей занимается спортом? Каким?

- Мама.
- Папа.

3. Как Вы закаливаете своего ребенка и себя?

4. Что мешает Вам заниматься закаливанием детей дома?

5. Приверживаетесь ли Вы в выходные дни режиму дня для ребенка?

- Да.
- Нет.

6. Кто в Вашей семье постоянно делает утреннюю гимнастику?

7. Как Ваш ребенок относится к уходу за своими зубами?

- Чистит зубы без напоминания;
- Чистит от случая к случаю;
- В основном после напоминания;

8. Есть ли в доме спортивное оборудование?

- Да (укажите какое)
- Нет

9. Посещает ли Ваш ребенок детский сад?

10. Кто из членов семьи занимается физкультурой?

11. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

- Подвижные;
- Спортивные;
- Настольные;
- Сюжетно – ролевые;
- Музыкально – ритмические;
- Просмотр телепередач;
- Конструирование;
- Чтение книг;

12. Заведете ли Вы, как укрепить здоровье детей дома?

- Да.
- Нет.
- Частично.

13. Нужна ли Вам в этом помощь детского сада?

14. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют?

15. Какие формы мероприятий для родителей Вы предлагаете?

- Консультации;
- Беседы;
- Семинары – практикумы;
- Другое.

Спасибо за сотрудничество!

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты по физическому воспитанию и приобщению детей к здоровому образу жизни.

1. ФИО ребенка, количество детей в семье _____

2. Укажите группу здоровья Вашего ребенка: первая, вторая, третья, четвертая, не знаю (нужное подчеркнуть)

3. Каково физическое развитие Вашего ребенка? Нормальное физическое развитие, дефицит массы, избыток массы, низкий рост (нужное подчеркнуть)

4. Каково состояние опорно-двигательного аппарата Вашего ребенка? Нормальная осанка, нормальная стопа, в осанке незначительное отклонение от нормы, значительные нарушения осанки, плоскостопие (нужное подчеркнуть)

5. Есть ли у вашего ребенка хронические заболевания? Если да, то какие? (нужное подчеркнуть)

6. Как много ваш ребенок проводит времени на улице в выходной день? _____

7. Интересуетесь ли Вы ребенком спортивными играми, пособиями? Какими именно? _____

8. Установлен ли для вашего ребенка дома режим дня? Соблюдает ли он его? _____

9. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику (нужное подчеркнуть)?

- мама (да, нет), папа (да, нет);
- дети (да, нет);
- совместно вместе с ребенком (да, нет);
- регулярно, нерегулярно

10. Соблюдает ли ваш ребенок режим дня, после туалета _____

11. Знаете ли вы основные принципы и методы закаливания? Перечислите их. _____

12. Проводите ли с детьми дома закаливающие мероприятия? _____

13. Какие закаливающие процедуры, проводимые в детском саду, наиболее приемлемы для вашего ребенка:

- облеченная одежда на прогулке;
- облеченная одежда в группе;
- обливание ног водой контрастной температуры;
- хождение босиком;
- систематическое проветривание помещений группы;
- прогулка в любую погоду;
- полоскание горла водой комнатной температуры;
- уменьшение лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры;
- какое физкультурное оборудование, лыжи, коньки, клюшки для хоккея, велосипед, санки, мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон, игры в хоккей, велосипед, санки, мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон, движущиеся игрушки?

14. Какое физкультурное оборудование, лыжи, коньки, клюшки для хоккея, велосипед, санки, мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон, игры в хоккей, велосипед, санки, мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон, движущиеся игрушки?

15. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком? _____

16. Гуляет ли вы с ребенком после детского сада и в выходные дни? _____

17. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни: подвижные игры, спортивные игры и упражнения, настольные игры, конструирование, лепка, просмотр телепередач, музыкально-ритмическая деятельность, чтение книг, трудовая деятельность, выходы (нужное подчеркнуть)

Семейные клубы – это неформальные объединения родителей, созданные для решения практических задач воспитания. Это один из действенных каналов передачи, сохранения и развития ценностей семейной культуры, а также интересная и результативная форма взаимодействия детского сада с семьей.

(Е.С.Евдокимова)

Семейный клуб - это постоянное детско-родительское объединение на базе группы (или ДОУ), организованное в форме совместной физкультурно-оздоровительной деятельности



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»

Основная цель работы семейного клуба «Крепыш» – пропаганда здорового образа жизни; сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование у педагогов, родителей, воспитанников ответственности за сохранение собственного здоровья.

Задачами деятельности Семейного клуба являются:

- Приобщение родителей к участию в жизни ДООУ путем поиска и внедрения наиболее эффективных форм работы;
- повышение психолого-педагогической культуры родителей и членов семьи детей в вопросах воспитания, физического развития и оздоровления детей (сохранение и укрепление физического и психического здоровья, приобщение к здоровому образу жизни, здоровьесберегающие технологии);
- пропаганда здорового образа жизни, формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обмен опытом решения задач воспитания, физического развития и оздоровления детей в разных семьях и в условиях ДООУ;
- внедрение здоровьесберегающих технологий в практику семейного воспитания;
- содействие сплочению родительского коллектива;
- содействие развитию, гармонизация детско-родительских отношений в условиях совместной деятельности;
- установление доверительных отношений между родителями и ДООУ, включение родителей в педагогический процесс ДООУ;
- выявление и трансляция положительного опыта семейного воспитания.

Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»

Основными принципами семейного клуба являются:

- добровольность
- компетентность
- соблюдение педагогической этики
- сотрудничество
- конфиденциальность

Участниками семейного клуба «КРЕПЫШ» являются дети средней группы, посещающие детский сад, их родители и другие члены семьи (сестры, братья, бабушки, дедушки, тети, дяди), педагоги, специалисты детского сада

Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ» Направления деятельности:

- **Просветительское:** предоставить информацию для повышения психологической- педагогической культуры родителей и членов семьи детей в вопросах воспитания, физического развития и оздоровления детей
- **Практически-действенное:** заинтересовать родителей выполнением общего интересного дела; способствовать проявлению способностей, возможностей реализации собственных идей каждым членом клуба; создать условия для полноценного общения, желания обменяться мнением, опытом семейного воспитания.

Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»

Основными формами работы Семейного клуба являются:

- лекционно-практические занятия
- совместная двигательная, игровая, досуговая деятельность
- семинары-практикумы
- подготовка и распространение памяток для родителей по вопросам воспитания, физического развития и оздоровления детей

Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»



Главная О нас Сведения об ОУ Образования Педагогический состав Новости Персональные страницы педагогов Море



Новости и события

Приглашаем, приглашаем!!!

Скоро открытие Семейного клуба "КРЕПЫШ"



Основная цель работы семейного клуба «Крепыш» – пропаганда здорового образа жизни; сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование у педагогов, родителей, воспитанников ответственности за сохранение собственного здоровья.

Задачами деятельности Семейного клуба являются:

- Приобщение родителей к участию в жизни ДОУ путем поиска и внедрения наиболее эффективных форм работы
- повышение психолого-педагогической культуры родителей и членов семьи детей в вопросах воспитания, физического развития и оздоровления детей (сохранение и укрепление физического и психического здоровья, приобщение к здоровому образу жизни, здоровьесберегающие технологии)

Уважаемые родители!

Мы приглашаем, Вас обсудить проблему «Забота о здоровье ребенка» на втором заседании семейного клуба «Крепыш»

Мы ребята – крепыши,
Очень даже хороши,
С физкультурой мы дружны.
И врачи нам не нужны.

ЗДОРОВЬЕ ВАШЕГО РЕБЁНКА ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЕЙШЕЙ ЦЕННОСТЬЮ И НАША ОБЩАЯ ЗАДАЧА - СОХРАНИТЬ И УКРЕПИТЬ ЕГО.

Наша встреча состоится **«22» декабря в 16 час. 00 мин.**

В музыкальном зале детского сада

Администрация Детского сада №3

СЕМЕЙНЫЙ КЛУБ



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»



Семейный клуб
«КРЕПЫШ»
«Путешествие в страну
Здорового Питания»

Подготовила: Грицаенко И.Н
Старший воспитатель
Детский сад №3
2016г.



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №3

Закаливающие гигиенические процедуры после дневного сна



Подготовила: Грицаенко Ирина
Николаевна
Старший воспитатель
Детского сада №3
г. Нелидово
2016 г



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»



Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»

"КРЕПЫШ"

Газета для родителей - читайте это интересно!
Выпуск № 1
Ноябрь 2016 года, детский сад №3 г. Нелидово

Десять советов родителям по укреплению физического здоровья детей



- Совет 1.** Старайтесь активно участвовать в оздоровлении своего ребенка. Не только рассказывайте ему, что нужно делать, чтобы не болеть, но и личным примером показывайте полезность для здоровья выполнения правил личной гигиены, утренней зарядки, закаливания, правильного питания.
- Совет 2.** Научите ребенка неуслышительно соблюдать гигиенические требования к чистоте тела, белья, одежды, жилища.
- Совет 3.** Приучайте ребенка строить свой день, чередуя труд и отдых. Ничто так не вредит нервной системе ребенка, как отсутствие режима дня. Ритм жизни, предусматривающий занятия физическими упражнениями и спортом, прогулки и игры на свежем воздухе, а также полноценное питание и крепкий сон — лучшая профилактика утомления и болезней.
- Совет 4.** Помогите ребенку овладеть навыками самоконтроля за здоровьем, особенно при выполнении физических упражнений записывайте вместе с ребенком дневник роста, частоту пульса, самочувствие (сон).
- Совет 5.** Научите ребенка правильно питаться — завтрак здоровый ребенка.
- Совет 6.** Помните, что в движении — и большая гуляйте, играйте на свежем воздухе, а зимой вращайте для здоровья.
- Совет 7.** Органикуйте ребенку правильные отношения к соблюдению режима питания, попойки, а также вращайте для здоровья.
- Совет 8.** Научите ребенка элементарным заболеваниям: держаться подальше от пыльной или зубной щетки; не надевать ребенка; болеть сам, чихать и кашляет, с маской или платком, не играть с друзьями.
- Совет 9.** Пользуйтесь ребенка с правами отдыха и учите его выполнять эти права.
- Совет 10.** Читайте научно-популярную литературу о развитии ребенка, о том, что...

Семейный клуб по укреплению здоровья

1. Каждый день начинаем с зарядки.
2. Просыпаясь не забываем в постель.
3. Берем колдунью в руки, она дарит бодрость и зарядку.
4. В детской сад, в школу и на работу — идем в хорошем настроении.
5. В бедный садик на работу, иногда не ущемляем!



Совместим прочесть, «Для чего нужна утренняя гимнастика?»

Утренняя гимнастическая гимнастика благотворно действует на весь организм ребенка, оказывает большое оздоровительное и воспитательное влияние. Как правило, дети охотно занимают утренней гимнастикой вместе с родителями, главное контролировать интенсивность нагрузки с учетом возраста и физического развития малыша, а также постоянно проявлять выдумку и время от времени, разнообразить используемые упражнения.

Утреннюю гимнастику с детьми желательно проводить на свежем воздухе, если это не возможно, например, в городе, то занятия необходимо проводить в хорошо проветренном помещении, при температуре воздуха 16-17 °С. Для упражнений выполняемых сидя или лежа, необходимо иметь гимнастический коврик. Для начала занятий утренней гимнастикой не требуется никакой подготовки: поднимите сами, разденьте малыша (если не он разобран Вас), спорите форму или еще, оденьте мушкетера и, пожалуйста, наберитесь бодрости, сил и здоровья.

Рекомендуется совмещать занятия утренней гимнастикой с закаливающими процедурами, с водными ваннами, заниматься можно босиком, занимая очередь стеновой гимнастикой.

При выполнении ребенком упражнений, нужно научить его, а затем постоянно контролировать правильное дыхание — малыш должен дышать глубоко, ровно и спокойно, делать полный выдох. В большинстве упражнений мысленно разводим, когда дышит, а когда выдох. Также необходимо следить, чтобы ребенок не делал лишних движений в суставах, например, сгибание колена, при выполнении движений для упрочения.

При занятиях можно использовать готовые комплексы упражнений, а можно составить их самостоятельно. Упражнения подбираются с таким расчетом, чтобы в них принимали участие основные мышечные группы и системы детского организма.

Примерная схема комплекса утренней гимнастики должна быть такой:

- а) потягивание;
- б) ходьба (на месте или в движении);
- в) упражнения для мышц шеи, рук и ступней стопы;
- г) дыхательные упражнения;
- д) упражнения для мышц ног (приседания и прыжки);
- е) упражнения общего воздействия с участием мышц ног и рук (маленькие прыжки вперед и в стороны);
- ж) упражнения силового характера;
- з) упражнения на расслабление;
- и) дыхательные упражнения.

При подборе упражнений особое внимание необходимо уделять их доступности для ребенка и разнообразию. Комплексы упражнений рекомендуется менять, в зависимости от заинтересованности ребенка, раз в неделю, начиная постепенно заменять отдельные составляющие через 3 недели начинать занятия по данному комплексу.

Эффективность утренней гимнастики с детьми возрастает, если в нее включены упражнения с предметами (петелька (0,5 кг), гимнастической палкой, скакалкой, мячом и т.д.) До и после зарядки, 2-3 раза в неделю, подкачивайте пульс ребенка, если после занятий он не превышает 100-110 ударов в минуту, то все в порядке.

Утренняя гимнастика не только «пробуждает» организм, но и оказывает определенный тренирующий эффект. После зарядки можно предложить ребенку легкий бег, а затем рекомендуется принять водные процедуры.

Ст. воспитатель Грищенко И.Н.

"КРЕПЫШ"

Газета для родителей - читайте это интересно!
Выпуск № 2
Декабрь 2016 года, детский сад №3 г. Нелидово

Ароматерапия для детей

Ароматерапия — это давно признанный способ лечения и профилактики многих состояний и болезней без применения лекарств. Наша газета познакомит Вас с основными принципами лечения детей эфирными маслами и расскажет, какую пользу может принести ребенку ароматерапия.

При выборе масел для ароматерапии:

1. Покупайте масла только в аптеках или специализированных магазинах, они должны продаваться в сосудах из темного стекла, иметь дозатор и храниться в холодильнике.
 2. Масло должно быть свежим, большинство масел хранится не более двух лет, а некоторые — менее одного года, поэтому проследите срок годности.
- При использовании масел для ароматерапии:
- Избегайте попадания масла и его паров на слизистые и в глаза ребенку. Это может вызвать неприятные ощущения. Никогда не наносите чистое масло на кожу и не давайте ребенку вдыхать.
 - Для ванны, ингаляций, компрессов не используйте чистое масло, а смешивайте его с основой. Для принятия ванны добавляйте эфирное масло в стакан молока, смешайте со столовой ложкой масла-основы или столовой ложкой меда для равномерного распределения в воде. Следую этому правилу, вы уберете своего ребенка и себя от передозировки.
 - Перед использованием любого масла проведите тест. Если собираетесь ароматизировать помещение, делать ингаляции или купать ребенка с маслом, нанесите каплю на кусочек натуральной ткани, положенной в контейнер из-под игрушки в Kinder несколько раз в день. Если нежелательных эффектов (то неприятные ощущения во рту и в полости носа, покраснение глотки, течение слезок, масло можно использовать в домашней аптечке).

При использовании эфирных масел в ароматерапии маслом какао, именно, потому в бутылочке должен быть эфирных масел: лучше не дозировать, чем переборщить. Помните для детей дольки начинать с 1-3 минут (для детей до года получать. При ингаляциях начинать следует с нескольких секунд).

- Для ароматизации помещения, в котором находится ребенок, и недозированно лучше использовать не аромалампу со свечой, недозированного дерева. Можно также развесить аромалампу необработанного дерева.

РЕЦЕПТЫ С ЭФИРНЫМИ МАСЛАМИ

Для спокойного сна, при нарушении засыпания и сна. Сделайте ванну, добавив 1 каплю лавандового масла, молоко, кефир, мед.

В детской комнате распылите лавандовое или розовое эфирное масло. Используйте основу с этими же маслами.

Изготовьте сонную подушку или игрушку. Распылите игрушку по шву, внутрь поместите кусочек ткани из натуральной материи, на которой капните 1 каплю лавандового масла. Капать масло возможно контакт с кожей малыша.

От простуды:

- Смешайте по 1 капле масел ромашки и чабреца с 2 л воды.
- Смешайте по 7 каплям масла розы и масла гераники



При эпилепсии гриппа смешайте по 2 капли эвкалипта и чабреца с 4 каплями масла чайного дерева. Полученную смесь испаряйте для дезинфекции помещений.

Также для профилактики ОРВИ можно мыть пол и поверхности в доме, капнув в воду для мытья 1 каплю розового масла.

Эфирные масла для создания праздничного настроения:

- 2 капли масла апельсина и ромашки смешать с 3 каплями масла лимона
- смешать по 2 капли масла лаванды и корицы с 3 каплями масла розы
- смешать 2 капли масла корицы с 3 каплями масла апельсина

ЭФИРНЫЕ МАСЛА ИЗ ДЕТСКОЙ АПТЕКИ

Масло апельсина

Масло апельсина оказывает успокаивающий и одновременно тонизирующий эффект, снимает депрессию и бессонницу, отлично улучшает настроение, нормализует кровяное давление, является антигистаминным.

Масло герани оказывает антистрессовый эффект, повышает тонус кожи, оказывает благотворное действие при инфекционных заболеваниях полости рта и носа, выводит шлаки.

Масло гвоздики

Масло гвоздики улучшает память, способствует быстрому восстановлению после психологических и физических нагрузок, обладает антибактериальными и пролиферативными свойствами.

Масло корицы

Масло корицы улучшает настроение, помогает при лечении ОРВИ.

Масло лаванды

Масло лаванды оказывает антистрессовый, седативный эффект, помогает бороться с бессонницей и депрессией, стимулирует восстановительную функцию клеток кожи, оказывает антигистаминное действие.

Масло лимона

Масло лимона является прекрасным средством при гриппе, ОРВИ, обладает ярко выраженным антибактериальным эффектом. Эфирное масло лимона помогает справиться со стрессом и серотонинотерапией.

Масло мяты японской

Масло мяты японской (можно применять с 1 года) повышает настроение, полезно при инфекциях горла, помогает против укусов насекомых, снимает кашель.

Масло ромашки

Масло ромашки оказывает седативное действие, благотворно действует на кожу, помогает против опрелостей, потливости, стимулирует аппетит.

Масло розы

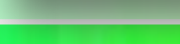
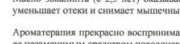
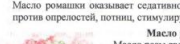
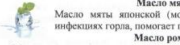
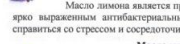
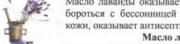
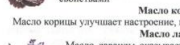
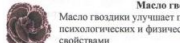
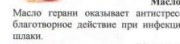
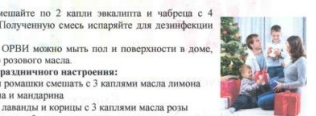
Масло розы является прекрасным средством для борьбы с легкой бессонницей, тревожностью, стрессовым состоянием. Подходит для ухода за нежной кожей младенца. Дает хороший профилактический эффект ОРВИ.

Масло сандала

Масло сандала имеет расслабляющий эффект, способствует засыпанию и избавлению от бессонницы, стимулирует иммунную систему.

Масло чайного дерева

Масло чайного дерева (с 6 лет) оказывает антисептическое и антибактериальное действие, используется для обработки кожи в области порезов, царапин, грибка.



Старший воспитатель Грищенко И.Н.

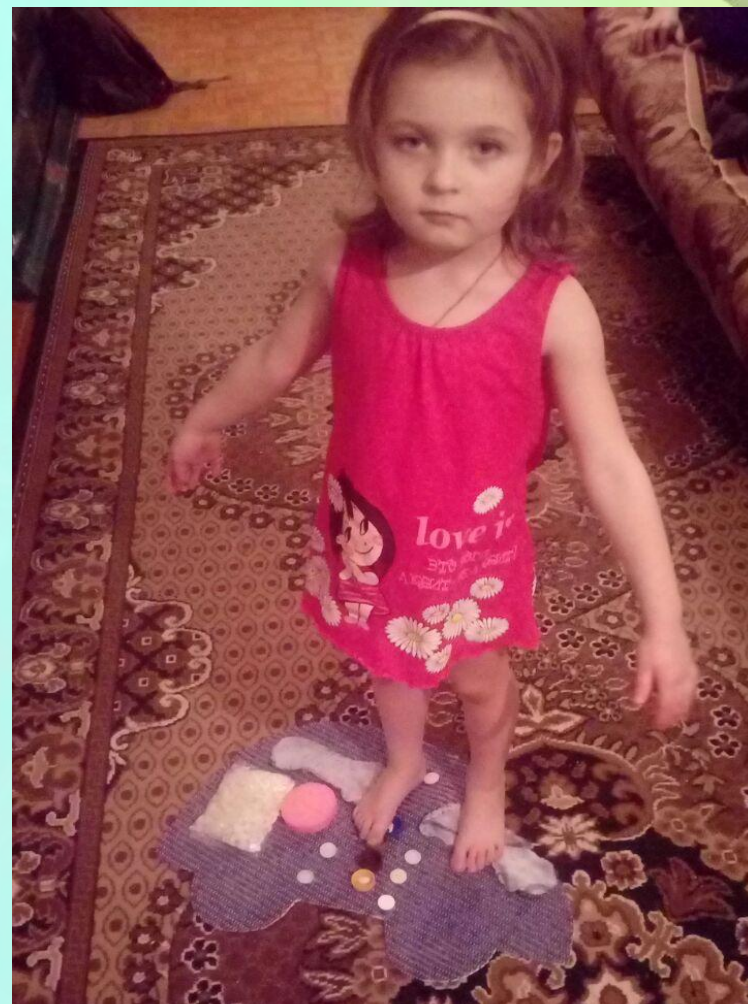
Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»

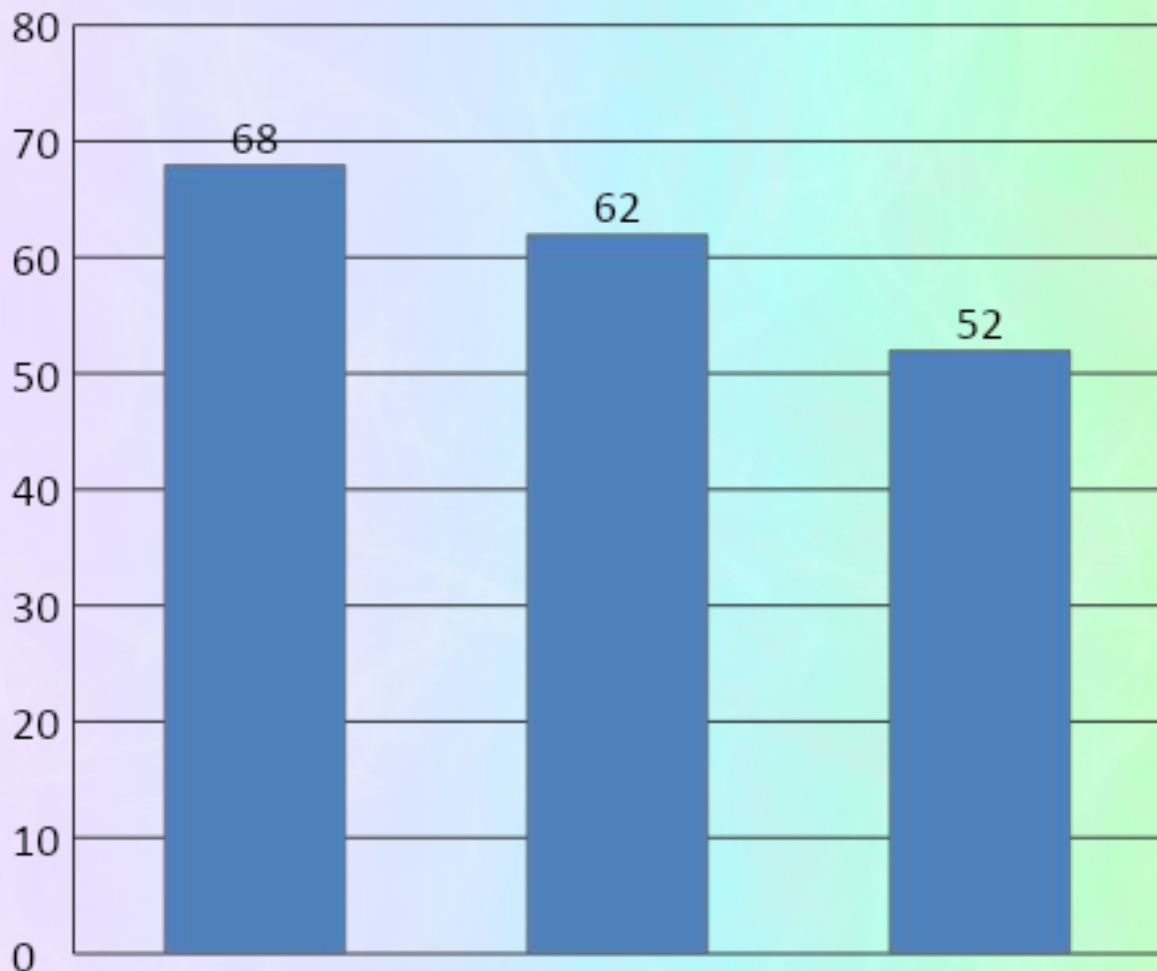


Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»




Семейный клуб по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей «КРЕПЫШ»





Случай Сентябрь 2016 года Ноябрь 2016 года Январь 2017 года

■ Снижение заболеваемости



**Благодарю
за
внимание!!!**