|  |
| --- |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 328» городского округа Самара** |

**Роль взаимодействия участников образовательного процесса в формирования модели здорового образа жизни у воспитанников ДОУ**

воспитатель Болгова Галина Александровна

первая квалификационная категория

Физическое образование ребенка есть база для всего остального.

Без правильного применения гигиены в развитии ребенка,

без правильно поставленной физкультуры и спорта

мы никогда не получим здорового поколения.  
Анатолий Васильевич Луначарский

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

Очевидна значимость формирования у детей определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Проблема здоровья детей дошкольного возраста всегда находилась в центре внимания педагогов, интерес к ней не ослабевает и сегодня, поскольку изменение социальных условий привело не только к пересмотру, но и существенному расхождению взглядов различных социальных институтов на цели и содержание физического и психического развития ребенка-дошкольника. В частности, в условиях системного рассогласования отношений человека с внешней природной средой необходим пересмотр педагогических путей и условий валеологического воспитания детей. В силу этого возникает потребность в создании гибких социально-педагогических технологий здоровьесберегающего обучения и воспитания личности в условиях государственных воспитательно-образовательных учреждениях.

Использование данных технологий позволит сформировать основы здорового образа жизни, развить у ребенка чувство сопереживания другим людям, определенные навыки саморегуляции, позволяющие предупреждать девиантное поведение.

Одновременно с использованием инновационных технологий важнейшим фактором воздействия на личность ребенка является атмосфера родственных эмоциональных связей. Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребенка к родителям делают его особо восприимчивым к их воздействию. Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника.

Таким образом, объективные социальные условия создают необходимость самостоятельного педагогического исследования эффективных путей и условий формирования основ здорового образа жизни у детей в условиях взаимодействия дошкольных учреждений и семьи.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности.

Вместе с тем результаты научных исследований свидетельствуют: уже в дошкольном возрасте здоровых детей становится все меньше. Высок процент физиологической незрелости (более 60%), которая становится причиной роста функциональных (до 70%) и хронических (до 50%) заболеваний. Более 20% детей имеют дефицит массы тела. Ведущими среди функциональных отклонений являются нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения; среди хронических патологий болезни нервной, дыхательной, костно-мышечной, мочеполовой систем, а также аллергические заболевания. Большинство детей дошкольного возраста имеют различные нарушения в психофизическом развитии.

В статье 18 Закона Российской Федерации «Об образовании» говорится, что «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте». Семья для ребенка - это первая и иногда почти единственная среда, формирующая его образ жизни.

Сегодня в соответствии с ФГОС ДОО участниками образовательного процесс являются дети, педагоги и родители. Но за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность Признание приоритета семейного воспитания требует новых линий отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

Поэтому для дошкольного учреждения актуальной сегодня является проблема дальнейшего углубления имеющихся представлений о семье в свете современных подходов, расширения представлений о содержании, формах и методах взаимодействия с семьей и выработке индивидуального подхода к ней в плане формирования навыков здорового образа жизни дошкольников.

Существует множество определений термина ЗДОРОВЬЕ.

1. Здоровье - это динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.
2. Здоровье - это способность организма приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, способность поддерживать постоянство внутренней среды организма, обеспечивая нормальную и разностороннюю жизнедеятельность, сохранение живого начала в организме.
3. Здоровье - это отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений.
4. Здоровье - это способность к полноценному выполнению основных социальных функций.
5. Здоровье - это полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие. Гармоническое развитие физических и духовных сил, принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов.

С учетом этих определений можно дать характеристику и понятию «здоровый образ жизни». Итак, в понятие здорового образа жизни входит достаточная физическая активность, сбалансированное меню, соблюдение правил гигиены, отказ от излишеств любого рода, особенно именуемых вредными привычками - табакокурения, употребления наркотических, токсических и иных психотропных средств, алкоголизм, пр. - и, естественно, закаливающие процедуры.

Однако, если применительно к взрослым мы говорим о ведении здорового образа жизни, то о ребенке, тем более дошкольнике, мы можем говорить лишь о формировании понятий и привитии навыков здорового образа жизни.

Одним из важнейших факторов, составляющих понятие здорового образа жизни, является плодотворная работа для взрослых и развитие или учение для детей. Без труда или без организуемого взрослыми воспитывающе-развивающего проведения времени ребенком невозможно само существование человека. Именно посредством труда или учения человек, как взрослый, так и маленький, обменивается энергией и информацией с окружающей средой, благодаря чему чувствует себя ценным и полноценным членом общества. А значит, он реализует все свои потенциалы. Для гармоничного развития в человеке все должно быть сбалансировано: и физическое развитие, и интеллектуальный потенциал.

Здоровый образ жизни - это не только повседневный созидательный труд, учение, но и активный, познавательный, полезный отдых, включающий в себя некие любимые и приятные занятия, хобби, как-то коллекционирование, чтение литературы, различные развивающие игры, пр. И здесь как раз трудно переоценить значение занятий творческо-художественного характера - рисование, лепка, музицирование, пение, танцы, участие в работе различных кружков и клубов.

У каждого сотрудника своя роль в формировании здорового образа жизни воспитанников.

Заведующий ДОУ и старший воспитатель - контроль за созданием необходимых условий работы, организацией педагогического процесса, консультации, контроль

Воспитатели - учет особенностей детей, проведение закаливающих процедур, включение по возможности элементов занятий и их программного материала в общеобразовательный процесс и режимные моменты.

Медицинский персонал дошкольного учреждения - выявление особенностей детей и их сообщение воспитателям, проведение профилактических мероприятий, контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм

Инструктор по физическому воспитанию - учет особенностей детей, проведение закаливающих процедур, включение по возможности элементов занятий и их программного материала в общеобразовательный процесс и режимные моменты, использование соответствующих возрасту детей двигательных упражнений и оздоровительных методик

Музыкальный руководитель - учет особенностей детей, включение по возможности элементов занятий и их программного материала в общеобразовательный процесс, повышение психоэмоциональной устойчивости через объяснение особенностей музыки, ее влияния на эмоциональное состояние человека

Педагог дополнительного образования - учет особенностей детей, включение по возможности элементов занятий и их программного материала в общеобразовательный процесс, повышение психоэмоциональной устойчивости через использование произведений искусства, рисование и т. п.

Логопед- учет особенностей детей, включение по возможности элементов занятий и их программного материала в общеобразовательный процесс, использование коррекционной работы для исправления недостатков речи, тем самым, повышая уверенность ребенка в себе, следовательно, повышая его социальный статус, психоэмоциональную устойчивость

Обслуживающий персонал - соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований.

Родители - использование дома упражнений гимнастики, элементов занятий, закаливающие процедуры, учет особенностей ребенка, повышение психоэмоциональной устойчивости.

Следует отметить, что в первую очередь, каждый участник процесса должен быть личным примером для детей, поддерживать единую линию поведения и выполнять основные требования, которые предъявляются к детям и остальным участникам педагогического процесса.

Информация для родителей оформляется на специальных стендах, проводятся консультации, совместные занятия с детьми.

Для персонала дошкольного учреждения организуются консультации, семинары, педагогические советы, деловые игры.

Таким образом, совместная работа всех взрослых, окружающих дошкольника, через выбор методов, средств и форм обучения, а также контроля над изменениями в стиле жизни создает фундамент культуры здорового образа жизни, включающий в себя положительную мотивацию и знания, умения, навыки валеологического характера.

В работе ДОУ широко используется наглядная агитация - уголок здоровья в группах, стенды в ДОУ, альбомы индивидуальной работы с детьми. В детском саду постепенно создаются традиции здорового образа жизни - минутки здоровья на занятиях, дни здоровья в дошкольном учреждении. Формирование культуры здорового образа жизни проходит на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском дошкольном учреждении:

Режимные моменты: утренняя гимнастика, прогулка, режим питания, послеобеденный сон.

Кроме очевидных - «традиционных» вредных привычек, препятствующих приверженности к здоровому образу жизни - табакокурения, нарко- токсикомании, злоупотребления спиртными напитками - следует предостерегать детей уже со среднего и старшего дошкольного возраста от вредящих здоровью привычек и маний сегодняшнего дня - многочасовому сидению у телевизора и игровых приставок к нему, компьютерной зависимости, игр и других развлечений, появившихся с развитием мобильной телефонной связи и всего другого, получившего сегодня обобщенное название «игромания».

И, наконец, нельзя не сказать об очевидном. Невозможно говорить о привитии дошкольнику понятий и навыков здорового образа жизни в семье, где культ здорового образа жизни отсутствует. Бесполезно убеждать ребенка о вреде и недопустимости вредных привычек в семье, где папа ежедневно употребляет алкоголь, мама не расстается с сигаретой, старшие братья и сестры дерутся за место у компьютера или телевизора.

Ибо здоровая семья не та, которая лишь декларирует ценности здорового образа жизни, но не следует им, а та, в которой сложился семейный хор, разучивающий и исполняющий любимые песни, семейный музыкальный ансамбль или оркестр. Семья, которая регулярно устраивает выставки детских и своих рисунков, поделок, на домашних подмостках ставит семейные сценки и спектакли. Ибо к семье тоже в полной мере применимо древнее утверждение - «Menssanaincorporesano», т.е. «в здоровом теле - здоровый дух».

Литература:

1. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. – М., 2007.
2. Глушкова Г. Здоровье и физическая культура // – Ребенок в детском саду. – №2. – 2003.
3. Доронова Т.Н. О взаимодействии дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений / – М., 2002.
4. ЕрмулинаЕ.А.,Тараторкина Т.В. Построение единого здоровьесберегающего пространства развития ребенка в ДОУ и семье. // Управление ДОУ. №4, 2009.
5. Кудрявцев В.Т.,Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). М.:ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
6. Прищепа С.С.,Храмцова Н.В., Шатверян Т.С. Сотрудничество педагога с семьей// Управление ДОУ.№ 3, 2006.
7. Растим здоровое будущее (Научно-практический сборник инновационного опыта по программе “Здоровье с детства”). – Киров, 2004.