

## Доклад ЗОЖ в ДОУ.

**Цель исследования:** заключается в теоретическом обосновании и экспериментальной проверке программы формирования основ здорового образа жизни у дошкольников.

Решение выдвинутой проблемы составляет цель настоящего исследования.

**Объектом исследования:** выступает процесс формирования основ здорового образа жизни в ДОУ и семье.

**Предмет исследования:** взаимодействие семьи и ДОУ в формировании основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

В соответствии с поставленной целью предметом и объектом исследования была сформулирована следующая **гипотеза:**

Взаимодействие ДОУ и семьи в формировании основ здорового образа жизни будет эффективным если:

- Реализуется система активного включения во взаимодействие всех субъектов педагогического общения;
- Взаимодействие ДОУ с родителями осуществляется на основе деятельностного подхода;
- В дошкольном образовательном учреждении реализуется программа и модель формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

В соответствии с проблемой, целью, объектом и предметом исследования поставлены следующие **задачи:**

1. Осуществить теоретический анализ понятия «здоровый образ жизни» в психолого-педагогических и валеологических исследованиях и уточнить его содержание.
2. Изучить современное состояние взаимодействия семьи и дошкольного образовательного учреждения в формировании основ здорового образа жизни детей и конкретизировать понятие «формирование здорового образа жизни» в процессе взаимодействия семьи и ДОУ.
3. Определить сущность взаимодействия ДОУ и семьи в формировании основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

Следует с самого раннего возраста воспитывать у детей гигиенические навыки ухода за своей одеждой. Подбирать обувь лучше всего точно по

размеру: не слишком тесную, но и не на вырост. Тесная обувь причиняет боль, затрудняет походку, нарушает рост и форму стоп. Необходимо воспитывать у детей бережное отношение к одежде и обуви. Положительные эмоции являются неотъемлемой составляющей здорового образа жизни. Для поддержания физического здоровья необходимо психическое закаливание, суть которого - в радости к жизни.

Известно, что основа работы по совершенствованию своей психики самовнушение. Оно повышает эмоциональный тонус, укрепляет уверенность и силу воли. Психическая закалка стимулирует и физиологические защитные механизмы: иммунитет, функцию эндокринных желез. Так мысли укрепляют тело и наоборот: безволие, снижение эмоционального настроения способствуют ухудшению самочувствия, расшатыванию психического и физического здоровья. Говоря о положительных эмоциях, следует также помнить, что в педагогике поощрение считается более эффективным рычагом воздействия на ребенка, чем наказание. Учитывая вышеизложенное, напрашивается вывод, что, поощряя ребенка, мы сохраняем и укрепляем его здоровье, и наоборот.

Рассмотрев условия, необходимые для формирования здорового образа жизни мы подошли к выводу, что подрастающее поколение наиболее восприимчиво к различным обучающим и формирующим целенаправленным педагогическим воздействиям. Следовательно, здоровый образ жизни необходимо формировать, начиная с детского возраста, тогда забота о собственном здоровье как основной ценности станет естественной формой поведения. Таким образом, здоровый образ жизни в нашем исследовании рассматривается как активная форма поведения детей, обеспечивающая сохранение психического и физического здоровья, повышение адаптационных возможностей организма, его максимальной дееспособности. Это и благоприятный эмоциональный климат в семье, дружеское доброжелательное отношение родителей друг к другу и ребенку; это правильное организованное питание, использование физических упражнений на воздухе и достаточная активность личности, и конечно правильное образцовое поведение взрослых, их отрицательное отношение к вредным привычкам.

В результате произошедших в обществе изменений, назрела необходимость переоценить существовавшие ранее представления о функциях образования и воспитания, взаимодействия ДООУ и семьи. Семья - это общественный институт, где происходит социализация ребенка, где усваиваются общечеловеческие нормы, ценности в процессе взаимоотношений с другими людьми, формируются первые устойчивые впечатления об окружающем мире. С семьей, человек неразделим всю жизнь, меняется только его роль. Многие ученые утверждают, что во все времена и у всех народов

социализации детей была единственной специфической функцией семьи, а другие функции (экономические, поддержка благосостояния и др.) являются второстепенными. Семья не только закладывает основы формирования личности, но и обеспечивает важнейшие условия ее развития.

ДОУ - как общественный институт не может заменить семью, решить многие социально-экономические и материальные ее проблемы, она призвана поднимать воспитательный потенциал, авторитет семьи посредством организации продуктивных взаимоотношений с родителями своих воспитанников. Основа взаимодействия «семья – дошкольное учреждение» определяется следующими направлениями: повышение педагогического уровня знаний родителей в период всего воспитания и обучения детей в детском учреждении, консультирование родителей по вопросам воспитания психологами, согласование воспитательных педагогических действий педагогов и родителей, организация социально-педагогической помощи семье, совместная выработка наиболее адекватных направлений совершенствования воспитания подрастающего поколения. Повышение воспитательного потенциала семьи по формированию здорового образа жизни, возможно при условии положительно направленного взаимодействия семьи и дошкольного учреждения. Такое взаимодействие предполагает равноправные позиции педагогов и родителей в воспитании, развитии личности ребёнка.

Однако надо признать, что в вопросе взаимодействия семьи и ДОУ встречается такое мнение: родители - это "помощники", "подсобная сила" при ДОУ. Таким образом, семье отводится роль объекта педагогического воздействия, а ДОУ - роль доминанта. Реально же взаимодействие предполагает, что ДОУ и семья - равноправные субъекты социального воспитания детей. При уменьшении значимости одного из них неизбежно возрастает роль другого, и равноправие сторон нарушается.

Более эффективным будет взаимодействие, в котором каждая из сторон является и объектом, и субъектом одновременно. Полноценное взаимодействие основывается на таких критериях, как доброжелательность, такт, уважение, вера, оптимизм, откровенность. Определённую роль играют взаимозависимость и взаимопонимание, поскольку успех одного из субъектов взаимодействия обусловлены усилиями, действиями другого.

Естественно, и ДОУ, и семья стремятся к достижению полноценного взаимодействия. Но нередки ещё случаи проявления со стороны педагогов бестактности, нетерпимости, доминирования, непонимания в общении с детьми и их родителями. В свою очередь многие родители не совсем чётко осознают свою гражданскую и личную ответственность за развитие, воспитание и обучение своих детей. Есть такие родители, которые считают

своей обязанностью обеспечить детей материально, а воспитание возлагают на педагогов.

И только совместными усилиями, дополняя и поддерживая, друг друга, семья и ДОУ могут достигнуть желаемых результатов. И у родителей, и у педагогов цель одна - благо детей, их полноценное и гармоничное развитие.

Раскрывая содержание компонентов ЗОЖ, следует отметить, что все сферы жизнедеятельности детей данного возраста - трудовая, общественная, семейная, досуговая - взаимосвязаны через общение со сверстниками, воспитателями, родителями, теми, кого мы назвали субъектами образования. Данная модель, на наш взгляд, отражает социально-педагогическую сторону процесса формирования ЗОЖ старших дошкольников. Таким образом, проведенное нами исследование показало, что формирование основ здорового образа жизни возможно посредством специального организованного взаимодействия семьи и ДОУ.

Эффективность взаимодействия семьи и ДОУ в формировании здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста обеспечивается совместной деятельностью педагогов, родителей и детей, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей.