

Управление образования администрации МО город Гусь- Хрустальный

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 37 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно- эстетическому направлению развития воспитанников»

Тема опыта:

**«Детско - родительский клуб, как эффективная форма сотрудничества с семьями
воспитанников по формированию осознанного отношения к здоровому образу
жизни»**

Автор опыта:

Жудова Татьяна Юрьевна,
инструктор по физической культуре,
первая квалификационная категория,
МБДОУ № 37

г. Гусь- Хрустальный

2017 год

Оглавление:

1. Условия возникновения, становления опыта.....	3
2. Актуальность	4
3. Теоретическая обоснованность	5
4. Ведущая педагогическая идея опыта.....	6
5. Технология опыта.....	6- 8
6. Диапазон опыта	8
7. Результативность опыта.....	8- 10
8. Информационные ресурсы.....	11
9. Приложения.....	

Приложение 1. Положение о детско - родительском клубе «Здоровейка»

Приложение 2. Планирование клуба «Здоровейка»

Приложение 3. Символика клуба «Здоровейка»

Приложение 4. Занятие клуба «Здоровые ножки»

Приложение 5. Занятие клуба «Зоркие глазки»

Приложение 6. Занятие клуба «Счастье родителей- здоровый ребенок»

Приложение 7. Занятие клуба «ГТО- это здорово»

Приложение 8. Занятие клуба «Мы со спортом очень дружим»

Приложение 9. Наглядная информация

Приложение 10. Анкетирование родителей

Приложение 11. Презентация опыта на ГМО

1.Сведения об авторе.

ФИО: Жудова Татьяна Юрьевна

Место работы: МБДОУ «Детский сад № 37»

Стаж в должности: 5 лет

Должность: инструктор по физической культуре

Контактный телефон: 8 49 241 2 25 51

2.Тема опыта: «Детско-родительский клуб, как эффективная форма сотрудничества с семьями воспитанников по формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни»

3.Условия возникновения, становления опыта

Чтобы научить ребенка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни, необходима огромная, каждодневная работа в семье и дошкольном образовательном учреждении. Одним из важнейших аспектов улучшения физического и психического здоровья дошкольников является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма. В настоящее время одной из приоритетных задач ДОУ, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. В связи с этим, я стала искать новые современные подходы и направления в организации эффективной работы с детьми в укреплении и сохранении здоровья.

Сначала я провела анкетирование родителей, оно мне, как инструктору по физкультуре, помогло выявить такую проблему, как незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей. При дальнейшем изучении данной проблемы стало ясно, что это происходит из - за:

- неосведомленности родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми;
- недостаточности знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста;
- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми;
- невнимание родителей к формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни в семье.

Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий ("не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадёшь, посиди"), даже от здорового соперничества в подвижных играх. Перед педагогическим коллективом ДОУ возник вопрос повышения оптимального сочетания оздоровительного, тренировочного, образовательного компонентов физкультурной деятельности.

С этой целью была проанализирована работа в ДОУ, по вопросам осознанного отношения родителей наших воспитанников к здоровому образу жизни. И принято решение- организовать детско- родительский клуб «Здоровейка».

4. Актуальность опыта

Современное общество предъявляет высокие требования к детям и их здоровью, поэтому на сегодняшний день очень актуальна тема по формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни. Учитывая современные тенденции дошкольного воспитания, главная задача взаимодействия воспитателей с родителями – это установление партнерских отношений, которые позволяют объединить усилия педагогов и семьи создать атмосферу общности интересов.

Таким образом, вовлекать родителей в совместную деятельность необходимо, используя новые эффективные формы и технологии в работе. Проанализировав сложившуюся ситуацию, существующие в практике формы и методы взаимодействия ДОО с родителями, пришла к выводу, что наиболее эффективной формой сотрудничества с родителями является семейный клуб. **Семейный клуб** – это перспективная форма работы с родителями, учитывающая актуальные потребности семей и способствующая формированию активной жизненной позиции участников процесса, укреплению института семьи, передаче опыта в воспитании детей.

Детско-родительский клуб «Здоровейка» – яркий пример интеграции образовательного процесса, основанный на сотрудничестве старшего воспитателя, инструктора по физической культуре, музыкальных руководителей, воспитателя, родителей.

5. Теоретическая база опыта

Здоровый образ жизни - это процесс соблюдения человеком определённых норм, правил и ограничений в повседневной жизни, способствующих сохранению здоровья, оптимальному приспособлению организма к условиям окружающей среды, высокому уровню работоспособности в учебной и профессиональной деятельности.

К основным компонентам здорового образа жизни относятся: рациональное питание, быт, организация труда и отдыха, отношение к вредным привычкам. Помимо основных компонентов в системе формирования осознанного отношения к здоровому образу жизни многими учеными выделяется еще и образовательный компонент воспитанников, педагогов, а также родителей, в котором можно выделить следующие основные знания:

- 1) о влиянии наследственности на индивидуальном развитии человека;
- 2) о роли семейного воспитания и уклада на формирование образа жизни будущего поколения;
- 3) о целенаправленном применении разнообразных форм физической культуры;
- 4) о целенаправленном освоении гигиенических навыков и навыков охраны здоровья;
- 5) об использовании естественных природных факторов в укреплении здоровья (закаливание) и цивилизованное отношение к природе;
- 6) об активной пропаганде по внедрению здорового образа жизни в жизнедеятельность каждого человека и общества.

Именно эти знания стали руководством к практическим действиям на занятиях детско-родительского клуба «Здоровейка».

Следование нормам и принципам здорового образа жизни - долг каждого разумного человека. Осознанное отношение к собственному здоровью должно стать нормой поведения, главной отличительной чертой культурной, цивилизованной личности.

Таким образом, здоровый образ жизни – это стиль жизнедеятельности, соответствующий наследственным особенностям организма, условиям существования человека, ориентированный на культуру сохранения, укрепления и восстановления здоровья, необходимого для выполнения лично и общественно значимых функций. В основе формирования здорового образа жизни лежат научные знания, медико-профилактические меры, рациональный режим дня, труда и отдыха, двигательная активность, правильно организованное питание и отсутствие вредных привычек.

Правильно выстроить работу семейного клуба, сделать ее эффективной, подобрать интересные формы взаимодействия с семьей помогают основные принципы партнёрства педагога и семьи, это:

Принцип открытости и доверия – предоставление каждому родителю возможности знать и видеть, как развиваются и живут дети в детском саду;

Принцип развития и сотрудничества - включение родителей в развивающее педагогическое пространство как равноправных субъектов (наряду с воспитателями и специалистами как субъектами саморазвития и профессионального самосовершенствования).

Принцип комплексности – установление внутреннего единства, гармонии всех форм взаимодействия работы с родителями.

Принцип воздействия на семью через ребенка – если жизнь в группе эмоционально насыщена, комфортна, содержательна, то ребенок обязательно поделится впечатлениями с родителями.

В своей клубной деятельности использовала современные педагогические инновационные технологии:

Личностно – ориентированные технологии. Личностно-ориентированные технологии ставят в центр всей системы дошкольного образования личность ребенка, обеспечивая комфортные условия в семье и дошкольном учреждении, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализацию имеющихся природных потенциалов.

Информационно – коммуникативные технологии. Использовала в работе презентации для повышения эффективности образовательных занятий с детьми и педагогической компетенции у родителей в процессе проведения родительских встреч. На сайте нашего детского сада и в личном блоге для родителей размещала информацию о предстоящих мероприятиях и достижениях детей. Еженедельно общалась с родителями через социальные сети, консультировала, беседовала, предоставляла интересующую их информацию.

Здоровьесберегающие технологии использовала в физкультурно – оздоровительной работе - это подвижные игры, дыхательная гимнастика, физминутки, оздоровительные досуги. Осуществляла личностно-ориентированный подход к детям. Это так же способствует сбережению здоровья детей. Применительно к взрослым - содействие

становлению культуры здоровья у родителей, использовала папки-передвижки, консультации, беседы, нетрадиционные формы работы с родителями по физкультурно - оздоровительной работе.

Игровую технологию использовала на встречах клуба предлагала родителям игры и игровые ситуации, которые способствовали родителям понять, как использовать игровой материал в развитии и обучении ребенка. Родители не только осваивают способ игры с ребенком, но и видят своего ребенка среди других детей, понимают, как взаимодействуют сами дети в игре.

6. Ведущая педагогическая идея опыта заключается - во внедрении в физкультурно – оздоровительную работу ДОУ детско- родительского клуба, как эффективную форму сотрудничества с семьями воспитанников по формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Для этого в работе клуба используются следующие формы взаимодействия:

совместные спортивные события и досуги, которые не только приобщают семьи осознанно относиться к здоровому образу жизни, развивают физические качества и навыки, но и способствуют самореализации каждого члена семьи и взаимообогащения всех, где раскрываются особенности характера, мечты и способности каждого ребенка и его родителей;

встречи с интересными людьми

консультации специалистов и воспитателей (по запросам родителей), где даются рекомендации, подбирается методическая литература, учитывая личность каждого ребенка и взрослого;

активные формы: мастер- классы, практикумы, тренинги

7. Технология опыта

Целью работы клуба «Здоровейка» является - формирование у семей воспитанников осознанного отношения к основам здорового образа жизни средствами физической культуры.

Для решения поставленной цели были определены следующие **задачи:**

1. Установить между педагогом и семьей отношения сотрудничества.
2. Расширить представления родителей о ценности здорового образа жизни.
3. Помочь родителям оценить собственные методы приобщения детей к здоровому образу жизни.
4. Приобретение родителями и педагогами опыта сотрудничества по созданию благоприятных условий для оздоровления ребёнка в ДОУ и дома.
5. Приобретение родителями знаний, практических умений и навыков осуществления совместной оздоровительной работы.
6. Создать эмоциональный комфорт, гармонию отношений между детьми и взрослыми.

Клуб «Здоровейка» работает в детском саду на протяжении 2 лет на основе «Положения о детско-родительском клубе» (**Приложение № 1**). Встречи проводятся 1 раз в два месяца. На встречи приглашаются родители из разных возрастных групп. План работы клуба составляется с учетом интересов родителей, выявленных при анкетировании и опросах (**Приложение № 2**). Иногда темы встреч инициируются педагогами и жизненными обстоятельствами. У нашего клуба есть символика: эмблема и девиз (**Приложение № 3**).

Самое первое занятие клуба «Здоровые ножки» было посвящено вопросам профилактики плоскостопия у детей. На этом занятии родители провели практикум «Магазин обуви», рассказали, как выбрать правильную обувь для дошкольника. Провели практический показ упражнений для стоп с мячами с детьми. Педагоги предложили упражнения для правильной осанки под задорную музыку. Был выпущен буклет «Сохраним стопы здоровыми». С целью закрепления полученных знаний, а также пополнения спортивной развивающей среды дома в рамках детско-родительского клуба был проведён конкурс «Нестандартное многофункциональное физкультурное оборудование». В конкурсе принимали участие семьи воспитанников. Семьи неравнодушно и творчески подошли к решению поставленной задачи (**Приложение № 4**).

На занятии клуба по теме «Зоркие глазки» поднимались вопросы сохранения зрения. Родители подготовили и провели комплекс гимнастики для глаз. Особенно удался мастер - класс по изготовлению тренажера для глаз. Педагог рассказала о простейших офтальмотренажерах, которые используются в группе. Многие из них сделаны руками родителей. Так же был выпущен буклет «Берегите зрение смолоду» (**Приложение № 5**).

Занятия клуба по теме «Счастье родителей- здоровый ребенок», «Здоровье ребенка - в ваших руках» затрагивали проблемы ЗОЖ. Семьи выступили с трансляцией положительного семейного опыта: через семейную газету, презентацию, рассказы, видеосюжеты. Все дружно занимались зарядкой, которую представила семья Головашовых. (**Приложение № 6**)

Занятие клуба на тему «ГТО - это здорово» спланировано по запросу общества и посвящено возрождению традиции ГТО. Приглашен специалист Никифорова Н. А., которая рассказала родителям о нормах ГТО первой ступени. Веселые соревнования между командами с участием родителей стали мотивацией к активному участию детей в сдаче ГТО (**Приложение № 7**).

Занятие клуба на тему «Мы со спортом очень дружим» было организовано, как встреча с интересными людьми (спортсменами города). Цель: пропаганда среди детей и родителей видов спорта, развитых в Гусь-Хрустальном. В гости к детям пришли бывшие воспитанники ДОУ: Матанова Маша (художественная гимнастика), Голенев Дмитрий, Филясов Олег (футбольный клуб «Грань»). Коршунова Даша (борьба).

Родители устроили выставки личных спортивных достижений членов семей (**Приложение № 8**).

В целях повышения компетентности родителей по формированию осознанного отношения к ЗОЖ в работе Клуба большая роль отводится наглядной информации. Родители самостоятельно оформляют стенгазеты и презентации на темы ЗОЖ, транслируя положительный опыт своих семей. К каждому занятию Клуба оформляются тематические буклеты и памятки. Статьи и фотографии о занятиях я публикую на сайте ДООУ и в своем личном блоге «Движение- жизнь» <http://dvijenie-jizn37.blogspot.ru/> (Приложение № 9)

8. Диапазон опыта. Клуб создан для родителей детского сада, заботящихся о здоровье детей.

9. Результативность опыта.

Совместная работа с семьей по вопросам оздоровления дает положительные результаты. Результативность проведенной работы мы оценивали:

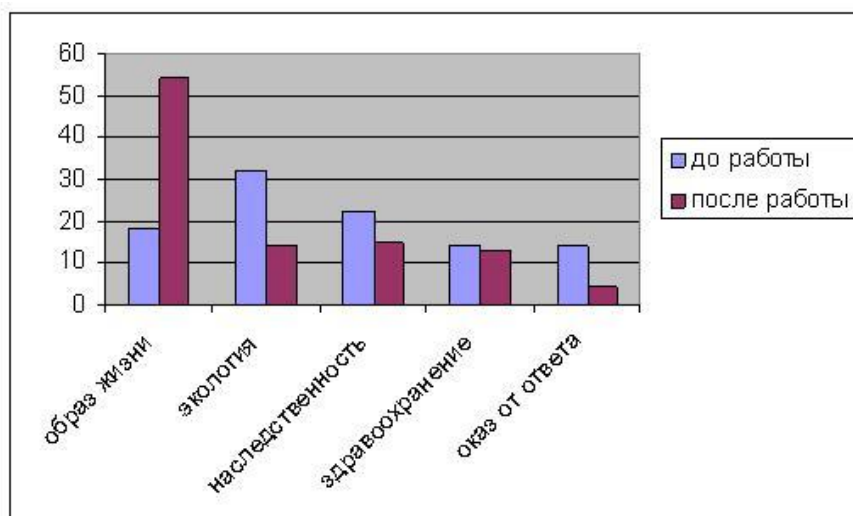
по динамике представлений родителей о степени важности различных факторов, влияющих на здоровье детей;

по динамике ценностного отношения родителей к прогулкам с детьми на свежем воздухе;

по динамике адекватного представления родителей о понятии «Здоровый образ жизни».

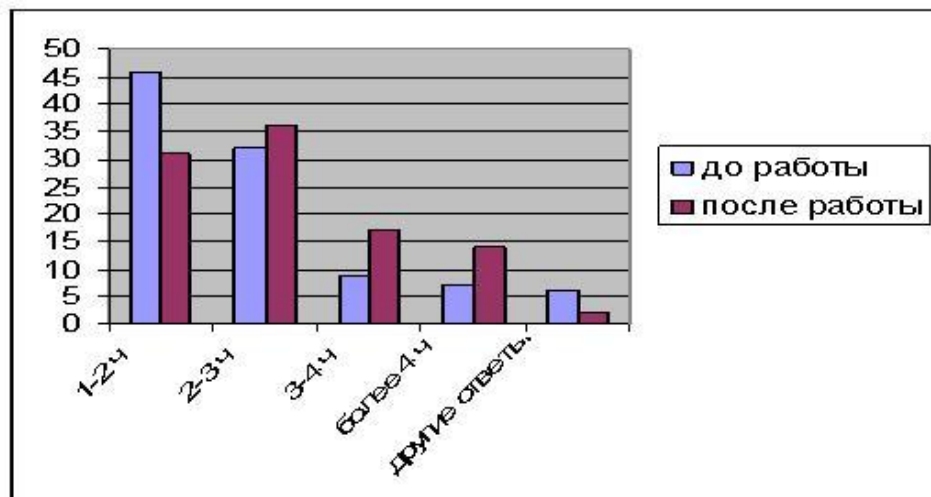
Как видно из гистограммы, приведенной на рис. 1, проведенная с родителями работа изменила последовательность приоритетов различных факторов, влияющих (в представлении родителей) на здоровье детей. Если в ходе первоначального опроса родители указывали в качестве наиболее важных на такие факторы как экологическая обстановка (31,6 %), наследственность (22,4%), а на образ жизни, как важнейший фактор указывали лишь 17%, то после проведенной работы на образ жизни, как на важнейший фактор указывали уже 53,7%. Уменьшилось и количество отказов от ответов с 13,7% до 3,5%.

Рис.1. Представления родителей о факторе, в наибольшей степени влияющем на здоровье человека



Изменилось отношение родителей к такому важному аспекту жизни детей, как прогулка на свежем воздухе (см. гистограмму на рис.2). Если, судя по первоначальному опросу, большинство родителей в выходные дни гуляли с детьми: не более одного-двух часов, то после проведенной работы максимум распределения сдвинулся в сторону двух-трех часов.

Рис.2. Данные о времени прогулки родителей с детьми



Адекватность ответа родителей на вопрос: «Что такое здоровый образ жизни?» иллюстрируется таблицей 1.

Как видно, степень представлений о здоровом образе жизни, выраженная в проценте адекватных ответов возросла за время работы приблизительно с одной до двух третей.

Таблица 1

Представления родителей о здоровом образе жизни до и после проведенной работы

Ответы	до, %	после, %
Адекватные	38,4	67,4
Неадекватные	48	29,2
отказ от ответа	13,6	3,4

Для оценки результативности физкультурно – оздоровительной работы было проведено анкетирование родителей (**Приложение № 10**) по результатам которого сделала следующие выводы: 100 % родителей устраивает моя работа по укреплению здоровья детей. Об эффективности проводимых мероприятий в рамках Клуба свидетельствуют положительные отзывы родителей на сайте учреждения и «Книге отзывов».

Опыт представлен на городском уровне в рамках ГМО воспитателей дошкольных групп «Педагогический аспект здоровьесбережения, направленный на формирование у детей компетентности в области здоровьесбережения: усвоение детьми программы по формированию здорового и безопасного образа жизни, развитие представлений о себе, овладение культурно-гигиеническими навыками» в МБДОУ № 5. (**Приложение № 11**)

Также я представляла опыт в рамках областного конкурса «Если хочешь быть здоров» (сертификат участника конкурса)

Мои наблюдения показывают, что в жизнь входит новое поколение родителей, понимающих значение здорового образа жизни, хорошего образования и воспитания и стремящихся обеспечить все это для своего ребенка. На очереди – новые задумки и планы.

«Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культуры и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех» В.В. Путин

Информационные ресурсы:

- 1.С. С. Прищепа, Т. С. Шатверян «Сотрудничество детского сада и семьи-«ТЦ Сфера», 2013, стр.- 19.
- 2.Закон РФ «Об образовании» - (1, с. 22)
3. <http://www.maam.ru/detskijsad/opyt-raboty-roditelskogo-kluba-zdoroveika.html>
- 4.<http://ped-kopilka.ru/blogs/yulija-viktorovna-butova/roditelskii-klub-sotrudnichestvo-pedagogov-doshkolnogo-obrazovatel'nogo-uchrezhdenija-s-roditeljami.html>
- 5.<http://www.qwas.ru/russia/edinros/Putin-Zdorovy-obraz-zhizni-dolzhen-stat-normoi-v-obwestve/>