

«Совершенствование форм физического развития и укрепления здоровья дошкольников в процессе взаимодействия педагогов ДОО и родителей».

Цель: проведение системного анализа педагогической деятельности по физическому развитию и укреплению здоровья детей в ДОО, в семье и определение пути совершенствования работы в данном направлении.

Задачи:

1. Выявить и проанализировать эффективность используемых форм и методов физического развития детей дошкольного возраста в ДОО и семье.
2. Познакомиться с инновационными формами физкультурно – оздоровительной работы.
3. Обсудить план работы педагогов по модернизации форм и методов физического развития и укрепления здоровья детей.

Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле здоровый дух». О здоровье необходимо заботиться с юных лет. И это главная задача педагогов и родителей. Здоровье детей является абсолютной ценностью и включает в себя три уровня - биологическое, социальное и психологическое. В последнее время обоснованную тревогу вызывает состояние детей дошкольного возраста. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья, число здоровых дошкольников уменьшилось в пять раз и составляет лишь около 30 % от числа детей, поступающих в школу. И родители, и воспитатели хотят видеть детей здоровыми, весёлыми, физически хорошо развитыми. Давайте будем решать эту проблему совместными усилиями. Ребенок испытывает влияние и семьи, и детского сада, поэтому так важно дополнять друг друга в воспитании.

В ДОО работа по физическому развитию детей и укреплению их здоровья начинается с раннего возраста. На этом этапе данная работа, помимо организации непосредственной двигательной деятельности детей, общеразвивающих упражнений, направленных на развитие основных движений, направлена на формирование культурно-гигиенических навыков, которое начинается с полутора лет.

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм культуры поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс оставлять на потом - пусть пока ребёнок останется ребёнком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неправильно!

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения.

Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. С самого раннего возраста, детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой; учат тому, что, чем и как едят; знакомят с разновидностями посуды (чайная, столовая); учат сервировать стол, привлекают внимание к заданному образцу правильного общения во время приема пищи (разговаривать вполголоса, доброжелательным тоном, не говорить с набитым ртом, уважительно относиться к просьбам и желаниям детей), обращают внимание на красоту правильно сервированного стола, вызывая ответный эмоциональный отклик.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает много задач:

- Развивать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.
- Формировать привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой, носовым платком.
- Формировать навыки поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом.
- Формировать начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Привлекать родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома.
- Обогащать предметно-развивающую среду группы.

Для успешного решения этих задач рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей:

1. Прямое обучение.
2. Показ (упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр («Накормим куклу Катю», «Искупаем куклу Катю», «Научим мишку умываться», «Научим Зайку правильно держать ложку»).

3. Систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.

В младшем возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания, однако для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

Работа по формированию у малышей культурно-гигиенических навыков ведется по двум направлениям: работа с детьми и работа с родителями.

Прежде всего, для формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо:

1) Обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки;

2) Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста;

3) В дошкольном возрасте дети должны усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные;

4) К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет - правильно чистить зубы (сверху вниз - вверх, с наружной и внутренней стороны) перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот надо тёплой водой и после еды;

5) Закреплять умения пользоваться расчёской, носовым платком. Нужно приучать детей при кашле, чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком;

6) Совершенствовать навыки аккуратной еды: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми

приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, не разговаривать во время еды.

Все меры, которые разрабатывает дошкольная гигиена, способствуют нормальному физическому, гигиеническому развитию детей, укреплению их здоровья.

Для малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. Например, в умывальной комнате должно быть достаточное количество раковин небольшого размера, на каждой из которых лежит мыло; раковины и полотенца размещаются с учетом роста детей; на вешалке над каждым полотенцем — картинка. Это повышает интерес детей к умыванию.

Для формирования культурно-гигиенических навыков нужно также выработать общие критерии в оценке отдельных действий, четко определить место расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения.

Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время – это способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения, происходит это в играх, труде, занятиях, в быту. Ежедневно повторяясь, режим дня приучает организм ребенка к определенному ритму, обеспечивает смену деятельности, тем самым предохраняя нервную систему детей от переутомления. Выполнение режима дня способствует формированию культурно – гигиенических навыков, воспитанию, организованности и дисциплинированности.

Всё это осуществляется под руководством взрослых - родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

Методы и приёмы формирования у детей раннего возраста культурно-гигиенических навыков:

- Личный пример взрослых.
- Непосредственно образовательная деятельность.
- Показ.
- Объяснение.
- Пояснение.
- Поощрение.
- Беседы.
- Упражнения в действиях.
- Дидактические игры
- Использование потешек.
- Чтение стихотворений.
- Проговаривание пословиц, поговорок.
- Игровые приемы.
- Викторины, развлечения.
- Прием повторения действий.

ПЕДАГОГИ, ПОМНИТЕ!

Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилок, если он ещё не научился правильно, есть ложкой.

Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо.

Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Формируя у детей дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.

По мере усвоения культурно–гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию («У Мишки грязные лапки», «Кукла Катя простудилась»), тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры.

В творческой игре («Семья», «Парикмахерская») дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытьё рук, прием пищи), тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр.), а также отражают правила, которые стоят за выполнением культурно – гигиенических навыков: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

Культурно–гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка со взрослыми и сверстниками.

Малыш еще ничего не умеет делать. Поэтому всякое действие дается с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое дело до конца, особенно если ничего не получается. Если взрослые спешат прийти на помощь ребенку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция: «застегните», «завяжите», «оденьте».

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно

совершенствовались. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

Для эффективного гигиенического воспитания дошкольников большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей.

Для этого проводятся:

- Устные журналы «Зачем человеку гигиена?».
- Фотовыставки «Я сам».
- Тематические вечера, деловая игра, семинары - практикумы «Как научить малыша одеваться?», «Как научить дошкольника правильно умываться».
- Родительские собрания «Культурно-гигиенические навыки малышей».
- Вечера за круглым столом, диспуты.
- Консультации «Воспитание самостоятельности в самообслуживании», «Личная гигиена дошкольника», «Воспитание культурно-гигиенических навыков».

Малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, следует создать в семье необходимые условия: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков), постоянное и удобное место для полотенца и т.д.

Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилок, если он ещё не научился правильно, есть ложкой. Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо. Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении, поэтому одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение, без этого навык не может быть сформирован.

Особое внимание следует уделить игровому методу, потому что игра является ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно – следственные связи. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий

мир. Используя игры, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.