*Управление образования Администрации ЗАТО Северск*

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение*

*«Детский сад № 48»*

***«Использование современных форм деятельности в работе с семьей по воспитанию культуры здоровья дошкольников»***

***Подготовили:***

*воспитатели*

*I квалификационной категории*

*Зарубина Елена Анатольевна,*

*Фомичева Валентина Васильевна.*

*ЗАТО Северск*

Пояснительная записка

В настоящее время большинство родителей не являются субъектами педагогического процесса детского сада. Это связанно с интенсивным образом жизни молодых пап и мам. Надо признать, что в глазах родителей современный детский сад - это надежный помощник в воспитании и развитии их детей. В связи с этим одной из актуальных проблем педагогического коллектива становится включение семьи в процесс воспитания здорового ребенка. Все родителя хотят видеть своих чад здоровыми и счастливыми. Этот устойчивый интерес позволил нам разработать инновационные формы сотрудничества с семьей по проблеме воспитания культуры здоровья дошкольников. Под культурой здоровья дошкольников понимается целостность трех составляющих:

Осознанного отношения к здоровью и жизни человека;

1. Знание о здоровье и умение оберегать, поддерживать и сохранять его;
2. Валеологической компетентности позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, а также задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи. Становление и обогащение культуры здоровья родителей может осуществляться в процессе взаимодействия семьи и детского сада с помощью современных форм деятельности. Остановимся подробнее на такой форме взаимодействия с родителями, как семинар - практикум. Семинар – практикум проводим среди родителей нашей группы один раз в квартал. Предваряют выход семинаров опрос и анкетирование родителей с целью выявления круга актуальных вопросов по воспитанию здорового ребенка в семье. На основе этой информации формируется содержание каждого семинара. Каждому родителю вручается приглашение с датой и местом проведения, темой и содержанием. Содержание включает теоретическую и практическую части и связаны с темой. Практическую часть семинара проводим в форме спортивных досугов и развлечений. На таких встречах дается возможность родителям посмотреть и убедиться в эффективности здоровьесберегающих технологий. Особая ценность в таких совместных действиях заключается в моментах тактильности, т. е. в непосредственном соприкосновении частей тела родителей и детей, что необходимо для уравновешивания нервно – психического душевного состояния.

Как показала практика, работа в этом направлении приводит не только к улучшению здоровья дошкольников, но и к повышению их самооценки, воспитанию уверенности в себе, расширяет кругозор. Пропаганда знаний о здоровом образе жизни среди родителей способствует тому, что они больше уделяют внимания культуре здоровья ребенка, да и своему здоровью: организуют правильное питание, занимаются физической культурой, приобщают детей к занятиям в спортивных секциях, хореографических кружках. Объединенные общей идеей – вырастить детей здоровыми, мы подружились, стали лучше понимать друг друга.

Предлагаем вашему вниманию конспекты семинаров в младшей группе.

**Тема семинара - практикума: «Счастливые дети – здоровые дети» младшая** группа

Программное содержание. Развитие сенсомоторных координаций как базового фактора развития организма и нервной системы.

- развитие зрительной координации;

- развитие вестибулярного аппарата;

- правого и левого полушарий головного мозга;

- ловкости движений;

- отработка навыка мышечного расслабления;

- способности ориентироваться в окружающем пространстве.

- способствовать сотрудничеству семьи и детского сада в русле определенных проблем здоровья ребенка.

Оборудование и материал: шары по количеству детей, шары в подарок детям, ракетки для настольного тенниса, волейбольная сетка, массажные мячики, мячи в корзинах, две пустые корзины, костюм Карлсона, игрушка колобок, маска лисы, шапочка ежа, музыкальное оформление – магнитофон.

Зал украшен воздушными шарами, приготовлены скамеечки для родителей.

Ведущая: Все родители хотят видеть своих чад здоровыми и счастливыми. Этот устойчивый интерес позволил нашему детскому саду внедрить инновационные формы сотрудничества с семьей по проблеме воспитания культуры здоровья дошкольников. Под культурой здоровья дошкольников понимается:

- осознанное отношение к здоровью и жизни человека;

- знание о здоровье и умение оберегать, поддерживать и сохранять его;

- валеологическая компетентность, позволяющая дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни.

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи. Этот семинар позволит приобрести Вам умения и навыки в русле определенных проблем здоровья детей.

Сегодня, мы поговорим о психомоторном развитие детей от 3-4 лет.

 Движение - главное средство взаимодействия человека с окружающим миром. Любая психическая деятельность человека завершается движением, позволяющая реально достичь поставленной цели, удовлетворить возникшую потребность. Базовым для развития психомоторики является сенсомоторный уровень: сенсорика – восприятие, ощущение – психический процесс; моторика – двигательная активность.

Задача нашей игры: развитие зрительно - моторной координации, ловкости движений, способность ориентироваться в окружающем пространстве, отработка навыка мышечного расслабления. Вы будите не только зрители, но и участники игры.

А сейчас встречайте наших детей. Под торжественный марш входят дети. Выполняют движения: ходьба с высоким подниманием колена, на носках, пятках, на внешней стороне стоп.

1. В гости к детям прикатился колобок. Движения под музыку «Колобки» (прыг – скок колобок, кругленький, румяненький.)

Под шум мотора в зал влетает Карлсон.

Ведущая: Ребята вы узнали кто это?

Карлсон: Я самый очаровательный, веселый в меру упитанный, озорной человечек!

Ведущая: А может быть ты с нами поиграешь?

Карлсон: Играть я люблю больше всего на свете, с такими детишками как вы!

 Самая любимая игра – игра с пальчиками, я буду вам показывать, а вы повторяйте за мной.

2. Самомассаж лица

Карлсон: **Ручки растираем и разогреваем**

дети трут ладошки друг о друга

**И лицо теплом своим умываем.**

гладят лицо ладошками

**Пальчики сгребают все плохие мысли**

от середины лба, четырьмя пальцами к вискам, обеими руками одновременно.

**Ушки растираем вверх и вниз мы быстро.**

растирают ушки ладошками

**Их вперед сгибаем, тянем вниз за мочки**

**А потом уходим пальцами на щечки.**

пальцами стучат по щекам

**Губки разминаем, чтобы улыбались.**

надувают щечки

**Как утята к утке, клювики потянем,**

оттягивают губы вперед

**Разомнем их мягко, не задев ногтям**и.

**Уголками губ мы щеки поднимаем,**

указательными пальчиками растирают над губой и под губой направо - налево.

**А потом от носа мы к губам стекаем.**

**И губами вправо-влево потанцуем.**

указательными пальчиками поворачи**ваем губы**

А потом по шейке ручейки стекают.

поглаживают шейку ладошками

3. Имитация движений животных.

Воспитатель надевает на голову шапочку лисы

 А. «Игра с лисой»

Ведущая: **У лисицы острый нос,**

показывают острый нос

**У нее пушистый хвост,**

делают повороты туловища, ноги на месте

**Шуба рыжая лисицы**

**Несказанной красоты поглаживают туловище ладошками**

**Лиса павою похаживает,**

**Шубу рыжую поглаживает.**

ходят на носочках

**- Я охотница до птицы!**

**Кур ловить я мастерица!**

**Как увижу - подкрадусь**

**И тихонько затаюсь.**

приседают

**После прыгну и схвачу.**

**Деткам в норку отнесу.**

подпрыгивают, хлопают в ладоши.

Б. «Игра с ежом». Воспитатель надевает куклу-перчатку «Ежик».

Ведущая: **По сухой лесной дорожке**

**Топ-топ-топ топочут ножки.**

**Ходит, бродит вдоль дорожек**

**Весь в колючках серый ежик.**

ходят по кругу друг за другом п/и «По ровненькой дорожке»

**Ищет ягодки, грибочки**

**Для сыночка и для дочки.**

наклоняются вперед, не сгибая коленей

**Если подкрадется волк,**

**Превратится он в клубок.**

приседают, группируются

Ощетинит еж иголки-

поднимают руки в вверх, разводят пальцы

Не достанется он волку

Еж не тронет никого,

Но и ты не тронь его.

- Ежик для вас приготовил колючие комочки (массажные мячики), воспитатель раздает детям мячики.

- прокатывание ежиков между ладошками

- сжимание мячиков между ладошками

 приглашает родителей поиграть с детьми

- прокатывание мячиков вокруг шеи ребенка

- от ладошки до плеча на левой-правой руках

- по груди

- по спине

4. ОВД. Игры с воздушными шарами.

 Воспитатель организует две команды детей и родителей «синие шарики», «красные шарики». Родители исполняют роль помощника, действуя рядом или «рука в руке».

А. На воспитание самоконтроля - игра «Летающие шарики» - должны находится в воздухе, не касаясь, пола в течение заданного времени-30сек.

Б. На равновесие – упражнение «Не урони шарик», удерживать воздушный шарик на весу с помощью палочки (ракетки), продвигаясь вперед.

В. На формирование самоконтроля – игра «Шарик в цель», игроки стараются загнать шарик в корзину, стоящую на полу.

Г. На улучшение концентрации внимания - игра «Прыгай с шариком», удерживать воздушный шарик между коленками, продвигаясь вперед.

Д. На улучшение концентрации внимания – «Ползи вместе с шариком», как можно быстрее ползти, толкая головой воздушный шарик вперед.

Е. Игра «Собачки с воздушными шарами». Волейбольная сетка натянута на уровне детей. Дети перебрасывают воздушные шарики через сетку, стараясь, чтобы шары не касались пола. Ж. Игра «Веселые обезьянки». Корзина, наполненная мячами. Карлсон шалит, разбрасывает мячи по залу. Дети должны собрать их без помощи родителей. Игра проводится с родителями в усложненном варианте - одна команда собирает желтые, другая – синие мячи.

5. Движения под музыку «Будем спортом заниматься».

6. Дыхательные упражнения – вдох носом, выдох ртом.

7. Релаксация. Игра «Волшебный сон».

Дети лежат на полу, на спине.

 Звучит тихая музыка.

Ведущая: Реснички опускаются,

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко…

Наши ручки отдыхают,

Ноги тоже отдыхают…

Отдыхают, засыпают…

Шея не напряжена

И расслаблена она.

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется,

Напряженье улетело

И расслаблено все тело…

Мы спокойно отдыхали

Сном волшебным засыпали.

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем,

Потянуться улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

Ведущая: - **Здоровье в порядке? Спасибо зарядке!**

Под торжественную музыку дети и родители выходят из зала.