

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра методологии образования

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОО И СЕМЬИ ПО ПРИОБЩЕНИЮ
ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

бакалаврской работы

студентки 4 курса 427 группы

направления 44.03.01 Педагогическое образование

профиля «Дошкольное образование»

факультета психолого-педагогического и специального образования

ОЖЕГОВОЙ МАРГАРИТЫ ЮРЬЕВНЫ

Научный руководитель

канд. пед. наук, доцент

_____ Е.А. Максимова

Зав. кафедрой

доктор пед. наук, профессор

_____ Е.А. Александрова

Саратов

2018

Введение

Актуальность темы исследования обусловлена требованиями, которые предъявляет Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования к образовательной области «Физическое развитие», включающей «приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами».

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия.

Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка дошкольного возраста способами.

Сегодня проблема формирования представлений о здоровом образе жизни рассматривается на государственном уровне в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и, особенно, детей.

Изучению вопросов формирования представлений у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни посвящены исследования А. Л. Венгера, В. Д. Давыдова, М. И. Лисиной, Н. В. Нежиной, М. Ю. Стожаровой, А. В. Юматовой и др.

Однако, несмотря на многочисленные исследования, проблема формирования здорового образа жизни у дошкольников требует дальнейшего изучения, поиска новых подходов к реализации задач по формированию

здорового образа жизни детей дошкольного возраста в практической деятельности дошкольных образовательных организаций, активизации педагогического потенциала семьи в вопросах формирования ценностей здоровья через разработку и использование инновационных форм работы с родителями, социальными партнерами по пропаганде здорового образа жизни, создания предметно-развивающего пространства. Данное противоречие предопределило тему нашего исследования «Взаимодействие в системе «семья – детский сад» по приобщению детей к здоровому образу жизни».

Объект исследования – образовательный процесс в дошкольной образовательной организации.

Предмет исследования – взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи по приобщению детей к здоровому образу жизни.

Цель исследования – рассмотрение теоретических основ формирования здорового образа жизни дошкольника и экспериментальная проверка эффективности педагогической работы с семьей по приобщению детей к здоровому образу жизни в ДОО.

Гипотеза исследования: мы предположили, что эффективным условием развития у дошкольников представлений о здоровье и формирование привычки к здоровому образу жизни может стать взаимосвязанная и целенаправленная работа с семьей, которая основывается на принципах сотрудничества, а методы работы с родителями при этом способствуют их личной заинтересованности в ее результатах.

В соответствии с объектом, предметом, целью и гипотезой ставим следующие **задачи исследования:**

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.
2. Раскрыть понятие «здоровый образ жизни», его сущность, характеристику.
3. Выявить основные направления приобщения к здоровому образу жизни дошкольника.

4. Обосновать методы и приемы организации педагогической работы по приобщению детей к здоровому образу жизни.

5. Рассмотреть взаимодействие ДОО и семьи как средство приобщения детей к здоровому образу жизни.

6. Обобщить опыт работы по взаимодействию семьи и детского сада по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни.

7. Экспериментальным путем проверить эффективность взаимодействия детского сада и семьи в вопросах приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

В работе использовались следующие **методы исследования**: теоретические (изучение, анализ литературы по теме исследования); эмпирические (изучение и анализ педагогического опыта, педагогический эксперимент, наблюдение, тестирование родителей); методы математической обработки данных.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованных источников и приложения.

Основное содержание работы

В первом разделе рассматриваются психолого-педагогические основы процесса формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по теме исследования, мы определили, что здоровый образ жизни – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья; это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Двигательная активность играет важнейшую роль в укреплении здоровья ребенка, в формировании систем организма, оказывает стабилизирующее воздействие на становление психических функций.

В развитии у детей ценностного отношения к здоровью, важную роль играют родители, именно они формируют потребность в систематических занятиях физической культурой и в здоровом образе жизни.

Сотрудничество с семьями строится на методах интерактивного обучения, где родители имели бы возможность встречаться со специалистами, задавать им вопросы, овладевать конкретными умениями и навыками, обсуждать проблемные ситуации, делиться опытом собственной педагогической деятельности. Эти методы способствуют реальному участию родителей в образовательной работе детского сада с учетом их интересов и предпочтений. Такие формы работы достаточно эффективны и могут использоваться в целях педагогического сопровождения семьи, основываясь на педагогических запросах родителей.

Соблюдение единства, которое достигается, если цели и задачи воспитания здорового ребенка и приобщение его к здоровому образу жизни хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

Во втором разделе представлено экспериментальное исследование по изучению представлений дошкольников о здоровом образе жизни. В разделе описывается педагогический эксперимент, который направлен на выявление влияния взаимодействия детского сада и семьи по приобщению детей к здоровому образу жизни.

В рамках данного исследования нами была организована опытно-экспериментальная работа по изучению уровней развития представлений детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни. Эксперимент проходил на базе МДОУ «Детский сад № 4» города Аткарск Саратовской области. В эксперименте

приняли участие 20 детей старшего дошкольного возраста и 20 родителей воспитанников.

Наше исследование проходило в три этапа: констатирующий – сентябрь 2016 года; формирующий – октябрь-апрель 2016-2017 года, контрольный – май 2017 года.

На констатирующем этапе эксперимента для выявления уровней развития представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровом образе жизни нами были подобраны несколько методик, которые направлены на выявление осознанного отношения к своему здоровью у детей.

Проанализировав результаты обследования детей на констатирующем этапе эксперимента, мы сделали следующие выводы: высокий уровень развития осознанного отношения к своему здоровью показали только 2 детей (10%); большинство детей показали средний уровень – 16 (80%); низкий уровень представлен двумя детьми (10%).

По результатам данного этапа исследования мы определили, что многие дети нуждаются в помощи взрослого и без поддержки воспитателя не могут справиться даже с элементарными заданиями, такими как: самостоятельно одеться, выполнить физические упражнения, помыть руки и т.д.

В рамках данного этапа исследования нами также было проведено тестирование родителей воспитанников. Анализируя ответы, которые дали родители в ходе тестирования, мы сделали следующие выводы.

Поскольку целью тестирования было – исследование уровня осознанного отношения к своему здоровью воспитывающих взрослых, мы и обрабатывали полученные результаты в данном контексте.

Мы выявили, что только пятеро из 20-ти протестированных родителей придерживаются девиза «Здоровье – самое главное богатство». Основываясь на ответы этих родителей, мы поняли, что они делают все для того, чтобы сохранить свое здоровье, достигая при этом гармонию физического и психического состояния.

Большинство родителей – 15 человек – часто пренебрегают своим здоровьем, ссылаясь на отсутствие времени и занятость. В планах таких родителей нет последовательности, они слишком щадят себя, при этом имеют достаточно сильную волю.

К нашему огромному счастью родителей, которые пренебрежительно относятся к своему здоровью и не задумываются о здоровом образе жизни, данное тестирование не выявило.

Опираясь на полученные результаты исследования и на тот факт, что семья – это первый социальный институт ребенка, где ему прививают не только правила и нормы поведения в обществе, но и представления о своем здоровье и здоровом образе жизни, нами было принято решение об организации формирующего этапа эксперимента с целью приобщения детей к здоровому образу жизни через систему «детский сад – семья».

Мы предположили, что эффективным условием развития у дошкольников представлений о здоровье и формирование привычки к здоровому образу жизни может стать взаимосвязанная и целенаправленная работа с семьей, которая основывается на построении работы в виде сотрудничества, а методы работы с родителями будут способствовать их личной заинтересованности в ее результатах.

С целью решения данных задач мы предприняли попытку совместно с родителями оказать помощь нашим детям в нахождении своего «Я» в движении, чтобы впоследствии они могли с любовью, в соответствии с потребностями своего организма, систематически заниматься физическими упражнениями или каким-либо видом спорта уже самостоятельно и целенаправленно.

Так, нами совместно с педагогами других возрастных групп было разработано перспективное планирование взаимодействия педагогического коллектива ДОО с родителями наших воспитанников по вопросам воспитания основ здорового образа жизни у детей. В данное планирование вошли несколько видов детской деятельности: беседы и экскурсии, дидактические игры и упражнения, сюжетно-ролевые игры, продуктивная деятельность, чтение

художественной литературы, опытно-экспериментальная и исследовательская деятельность.

С целью накопления у детей двигательного опыта мы также проводили различные развлечения и праздники, которые помогали обеспечивать каждому ребенку возможность раскрытия своих индивидуальных способностей, при этом давая ему право на творческую реализацию.

Наша совместная деятельность с родителями воспитанников по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имела не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа ее национальной безопасности.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни осуществлялось по следующим основным направлениям: привитие стойких культурно-гигиенических навыков детям; развитие представлений детей о строении собственного тела, назначении органов; обучение детей уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи; формирование у детей привычки к ежедневным физкультурным упражнениям; формирование потребности родителей ребенка в здоровом образе жизни, деятельности и личного примера в укреплении и сохранении здоровья.

Каждое направление реализовывалось серией систематических мероприятий, основу которых составляли ежедневные упражнения с учетом биологических и индивидуальных особенностей каждого ребенка в интеграции деятельности воспитателей и специалистов ДОО с валеологическим подходом, цель которого – самосохранение, помощь самому себе.

При работе с родителями для формирования здорового образа жизни у воспитанников мы применяли следующие методы: консультации специалистов, «День открытых дверей», интерактивное анкетирование, интервьюирование, традиционное родительское собрание, дискуссия, круглые столы, акция «Здоровый образ жизни», семейные спортивные соревнования, просветительское использование СМИ для освещения деятельности детского

сада по формированию ЗОЖ у детей, вечер развлечений, организация клуба «Здоровая семья», стенд «Здоровье с детства», уголок в группе, создание творческой инициативной группы «Мы за здоровый образ жизни», выпуск бюллетеней, информационных листков и т.д.

При нашей поддержке и по нашим рекомендациям в семье также происходила работа родителей с ребенком, которая включала: беседы с ребенком; утренняя гимнастика и физические занятия; праздники, развлечения; оздоровительные традиции в семье; оздоровительные игры в семье; восприятие художественной литературы; просмотр телепередач в выходные дни программы «Здоровье»; посещение различных спортивных мероприятий, которые происходили в районе.

В работе с родителями реализовывалось комплексное применение традиционных и нетрадиционных форм непосредственного и дистанционного взаимодействия. Были использованы методы работы с родителями с дополнительной целью – повышения их личной заинтересованности в формировании здорового образа жизни детей.

Таким образом, вся наша работа была направлена на формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, о сохранении своего здоровья, на умение соблюдать культурно-гигиенические навыки и применять их на практике через взаимодействие с семьями воспитанников.

В своей работе мы пытались охватить и задействовать весь спектр форм, средств и методов работы как с детьми, так и с их родителями. Мы старались организовывать свою работу таким образом, чтобы она была интересна не только для детей, но и познавательна для родителей, поскольку, как мы уже отмечали выше, семья – это первый институт социализации ребенка.

Мы заметили положительные результаты после проведенной работы: дети стали аккуратнее, внимательнее к себе, своему внешнему виду, могут самостоятельно выполнять все необходимые гигиенические процедуры в детском саду и, по словам родителей, дома. Более того, наши ребята стали

отзывчивее, спокойнее, осторожнее, приветливее, стараются помочь своим сверстникам и младшим ребятам детского сада.

Изменилось и отношение родителей к процессу оздоровления детей. Они стали более активными, интересуются и включаются в образовательный процесс детского сада с целью повышения своих знаний о детях и о том, чем они занимаются в детском саду.

С целью проверки результативности проведенной нами работы мы организовали контрольный этап эксперимента, в ходе которого мы использовали те же методики, что и на начальном этапе исследования.

Проанализировав результаты обследования детей на контрольном этапе эксперимента, мы сделали следующие выводы: средний и высокий уровни сформированности осознанного отношения к своему здоровью поделены поровну между всеми детьми обследуемой группы: 10 детей (50%) и 10 детей (50%) соответственно; низкий уровень выявлен не был.

Итак, по результатам данного этапа исследования мы определили, что: практически все дети владеют элементарными навыками культурно-гигиенического поведения; могут давать осознанный ответ на вопросы, которые касаются здоровья и здорового образа жизни; у детей появился познавательный интерес к здоровому образу жизни; появилась потребность самостоятельно заниматься физическими упражнениями; у детей появилось осмысленное отношение к физическому и духовному здоровью как единому целому; дети способны к собственной телесной организации в приемлемых для них формах.

Также в рамках контрольного этапа исследования мы провели повторное тестирование родителей, немного видоизменив вопросы, которые давались на начальном этапе, но суть их осталась прежней – мы исследовали уровень осознанного отношения к своему здоровью воспитывающих взрослых.

Результаты повторного тестирования родителей позволили нам сделать следующие выводы. Родители начали проявлять больший интерес к проблеме формирования здорового образа жизни своих детей. Их стали интересовать проблемы физического воспитания, профилактики заболеваний, оздоровления

ребенка, его психофизиологического развития, вопросы приобщения детей к культурным ценностям. Также вырос интерес к совместной работе с детьми. Родители стали вести активный образ жизни, подавая пример детям.

Таким образом, проведенная нами работа позволяет говорить о том, что дети стали заметно более подвижны, инициативны, самостоятельны. Если раньше дети слабо ориентировались в вопросах укрепления здоровья и не могли назвать причины его ухудшения и поддержания, то в настоящее время ситуация изменилась. Дети приобрели соответствующие своему возрасту необходимые знания, навыки и умения для укрепления собственного здоровья. Ребята свободно ориентируются в вопросах гигиены, закаливания, строения человека. Имеют основные представления о безопасной среде обитания. Владеют навыками проведения оздоровительных минуток, умением правильно принимать пищу (тщательно пережевывать, разумно относиться к приему жидкости). С удовольствием используют простейшие методы закаливания (хождение по дорожкам Здоровья, контрастное ножное водное закаливание в теплое время года).

У родителей также повысился интерес к вопросам здорового образа жизни детей. Они стали часто задавать вопросы по поводу питания и закаливающих процедур. Начали изъявлять желание услышать рекомендации специалистов по укреплению здоровья детей. Родители стали более активными участниками жизни группы и детского сада. Они действительно стали единомышленниками и партнерами в деле формирования и развития здорового образа жизни детей.

Таким образом, нам представляется возможным утверждать, что работа детского сада с родителями по формированию здорового образа жизни дошкольников является эффективной при построении ее на основе сотрудничества, а методы работы при этом способствуют личной заинтересованности родителей в ее результатах, что подтверждает выдвинутую нами ранее гипотезу исследования.

Заключение

Выполнив исследование по теме «Взаимодействие ДОО и семьи по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни», можно сделать следующие выводы.

Ни одна, даже самая лучшая педагогическая система не может быть в полной мере эффективна, если в этой системе нет места семье. Главной особенностью семейного воспитания является особый микроклимат, благодаря которому у ребенка происходит формирование отношений к себе как к системе и к окружающим людям в целом. Ребенок не может существовать вне семейной системы, если дошкольная организация и семья «закрыты» друг для друга. Атмосфера партнерства, взаимодоверия между педагогами и родителями должна преобладать в системе взаимодействия детского сада и семьи. Очень важно, чтобы родители не только были в курсе всего образовательного процесса дошкольной организации, но и помогали педагогическому коллективу достигнуть необходимого результата.

В целях успешного развития личности дошкольника особую ценность представляет переход к партнерству семьи и детского сада. Практика показывает, что потребность в развитии партнерских отношений, в помощи и поддержке друг друга испытывают и педагоги, и родители.

Воспитание осознанного отношения к своему здоровью должно не отдельным элементом внеурочного педагогического действия, а необходимой органичной составляющей педагогической деятельности, интегрированной в общий процесс обучения и развития.

Важнейшие задачи воспитания здорового дошкольника – формирование осознанного отношения к своему здоровью, процесс этого формирования необходимо строить как системно организованный. При этом необходимо подчеркнуть исключительную значимость семьи в решении задач воспитания здорового дошкольника. Повышение качества знаний по теме здоровья и

безопасности у родителей и активное участие в образовательном процессе способствуют формированию потребности к здоровому образу жизни всей семьи.

В дипломной работе раскрыта проблема взаимодействия ДОО и семьи как средство приобщения детей к здоровому образу жизни. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Реализация работы по формированию здорового образа жизни у детей в условиях ДОО осуществляется через занятия, режим, игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность детей. Важное значение в работе по формированию ЗОЖ приобретает организация работы с родителями, ни одна даже самая лучшая программа и методика не могут гарантировать полноценного результата, если семья не будет придерживаться принципов здорового образа жизни.

В своем исследовании мы провели опытно-экспериментальную работу по изучению уровней сформированности осознанного отношения детей к своему здоровью. Мы раскрыли практические аспекты разработанной системы формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста МДОУ «Детский сад № 4» города Аткарск Саратовской области, а также специфику работы с родителями по данному вопросу.

В ходе нашей работы мы проводили с детьми различные занятия, рассказывали детям о пользе, о правильном питании, комнатных растений, приучали ухаживать за ними. В ходе проведенного исследования по использованию различных форм и методов в работе с семьей мы выяснили, что использование данных методов работы повышает активность родителей в совместной с педагогом деятельности по формированию здорового образа жизни у детей.

Таким образом, мы считаем, что цель исследования была достигнута, задачи решены.