

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И ИНИЦИАТИВЫ РЕБЕНКА

И снова детский сад пригласил родителей для конструктивного общения, а тема для разговора «Валеологическая компетентность родителей + валеологическая компетентность детей = ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ».

Ежегодно педагоги поднимают вопросы, связанные с сохранением и укреплением здоровья воспитанников, но тема здоровья остается актуальной. Совместно с родителями воспитатели и узкие специалисты пытаются найти универсальные способы сохранения здоровья подрастающего поколения. В подготовительной группе «Ежата» родители дискутировали на тему «Закаливание полезно. Закаливание вредно». Обсуждение проходило бурно и эмоционально. Однако, подводя итоги, родители отметили, что к закаливанию детей необходимо подходить осторожно, учитывать индивидуальные особенности детей, соблюдать принцип постепенности и системности, «Не навреди!».

В подготовительной группе «Медвежата» родители составляли модель «Здорового ребенка». Как оказалось, родители прекрасно знают все составляющие, которые относятся к здоровью. Однако, во время последующего обсуждения, что же мешает родителям соблюдать все эти правила, родители отметили два главных негативных фактора: нехватка времени и банальная лень. А задача педагогов донести до родителей, что для сохранения здоровья не всегда надо много времени, достаточно собственным примером показывать детям элементарные приемы, которые будут не только сохранять, но и укреплять здоровье: ежедневно делать утреннюю зарядку, в выходные гулять на свежем воздухе, уделять 10-15 мин. подвижным играм, не разрешать детям дошкольного возраста больше 30 мин сидеть за компьютером или телефоном. И самое главное научиться самим и научить детей приемам эмоциональной саморегуляции (расслабление, дыхание, самомассаж). Педагоги предложили несколько таких приемов отработать «Звуковая гимнастика», «Белое облако».

В подготовительной группе «Лисята» педагоги вместе с родителями провели психологическую зарядку, которая в конце рабочего дня подняла настроение родителям.

В младшей группе «Лягушата», средней группе «Зайчата» и старшей группе «Бельчата» родительские собрания прошли в дистанционном формате на платформе ZOOM. Так как данный формат не позволяет активно вовлекать родителей в совместное проигрывание и проведение дискуссий, поэтому воспитатели сделали акцент так сказать на «истории из жизни группы», входе которых рассказали родителям какая работа проходит в детском саду по формированию валеологической компетентности детей. Воспитатели приводили конкретные примеры, показывающие как легко и доступно можно научить детей элементарным навыкам ЗОЖ.

На родительских собраниях педагоги не устают еще и еще раз повторять прописные истины о самом главном – о здоровье наших детей. И приятно, когда родители делятся семейным опытом по данному вопросу, рассказывая о

совместных походах в парки г. Тюмени, где они катаются на лыжах и коньках; рассказывают об спортивных успехах своих детей.

Важно понять, что создать условия для оздоровления детей полдела, главное найти в себе силы личным примером формировать ЗОЖ у детей, педагогам в ДОУ, а родителям в своих семьях.



Зам. заведующего Тимофеева О.В.

10.12.2021