



СЕМЕЙНЫЙ ДНЕВНИК КАК ФОРМА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ РОДИТЕЛЕЙ В ПРИБЛИЖЕНИИ РЕБЁНКА 6–7 ЛЕТ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

*Прищепа Светлана Семёновна,
доцент кафедры дошкольной
педагогики, психологии
и инклюзивного образования, к.п.н.*

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (от 17.10.2013 г. № 1155)

**Охрана и укрепление физического и психического
здоровья детей, обеспечение их эмоционального
благополучия**

Образовательная область «Физическое развитие»
Становление ценностей здорового
образа жизни, овладение его элементарными нормами
и правилами (в питании, двигательном режиме,
закаливании...)



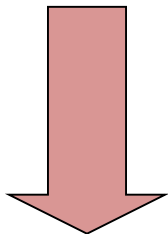
Первый и наиболее значимый воспитательный институт в жизни человека – СЕМЬЯ



Философия взаимодействия детского сада и семьи

(Т.А. Маркова, А.Н. Ганичева, О.Л. Зверева и др.)

**ПРИЗНАНИЕ ПРИОРИТЕТА
СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ**



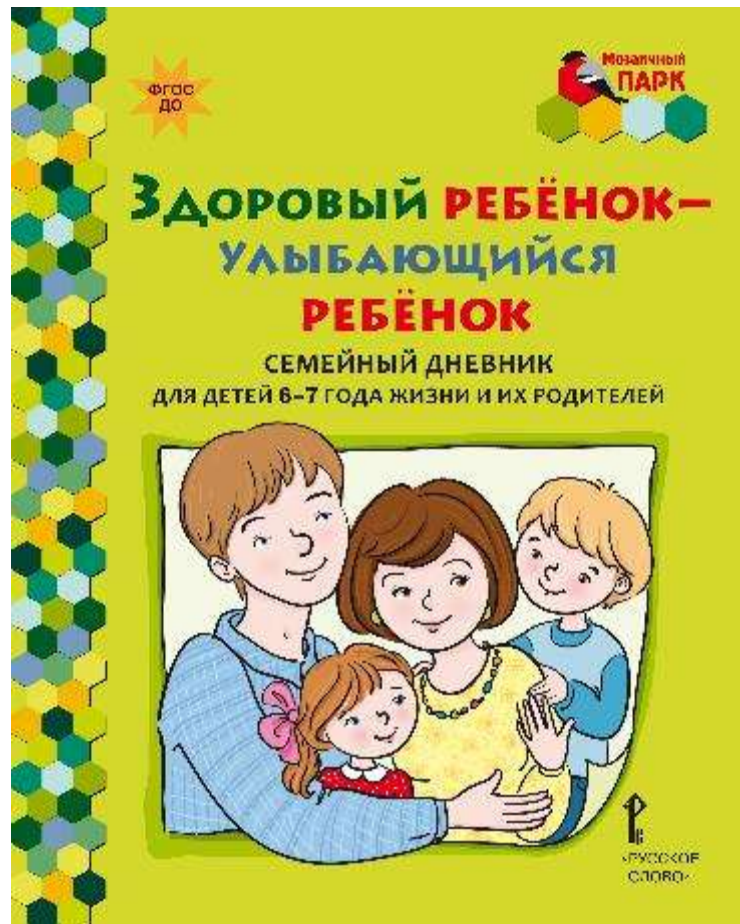
РОДИТЕЛИ	ДОШКОЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
<i>Несут ответственность за воспитание детей</i>	ПОМОГАЕТ, ПОДДЕРЖИВАЕТ, НАПРАВЛЯЕТ <i>воспитательную деятельность родителей</i>

1.6. ...**повышать компетентность родителей** (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья.



**КАК ОБЕСПЕЧИТЬ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ
ПОДДЕРЖКУ СЕМЬИ
В ВОПРОСАХ ПРИОБЩЕНИЯ
РЕБЁНКА К ЗОЖ?**

Семейный дневник
для детей
6–7 лет и их
родителей
«Здоровый ребёнок
– улыбающийся
ребёнок»



Содержание дневника

8 тематических разделов:

- *Наша семья.*
- *Анатомо-физиологические особенности развития ребёнка.*
- *Рациональный режим дня ребёнка в семье.*
- *Закаливание ребёнка.*
- *Физические упражнения в семье.*
- *Основы сбалансированного питания ребёнка.*
- *Гигиеническое воспитание ребёнка.*
- *Психологический микроклимат в семье.*

РУБРИКИ ДНЕВНИКА

- **«Это важно!»** – рекомендации и задания по укреплению физического и психического здоровья ребёнка.
- **«Это интересно!»** – результаты исследований в области медицины, дошкольной педагогики и психологии.



Это важно!

- Чередуйте в течение дня разнообразные игры и физические упражнения. Это позволит предупредить переутомление нервной системы ребёнка.
- Укладывайте ребёнка спать в одно и то же время, не позднее 21.00. Продолжительность ночного сна должна составлять не менее 10–11 часов. Во время засыпания необходимо исключить внешние раздражители: выключить телевизор, яркое освещение, стараться громко не разговаривать. Желательно, чтобы температура в комнате была +19... +20 °С.
- Соблюдайте интервалы между приёмами пищи.
- Особое внимание уделяйте прогулкам. Ребёнку необходимо находиться на свежем воздухе не менее 3 часов. Прогулки должны быть регулярными.
- Правильно организовывайте двигательную активность ребёнка в течение дня: подвижные игры, физические упражнения, катание на санках, велосипеде и так далее.
- Продолжительность просмотра телепередач — 15–25 минут.

РУБРИКИ ДНЕВНИКА

- «Мой ребёнок знает!» – фиксируются знания, которыми владеет ребёнок.



Мой ребёнок знает!

*Что надо делать и какие правила соблюдать, чтобы быть здоровым?
Задайте ребёнку эти вопросы и запишите его ответы.*

РУБРИКИ ДНЕВНИКА

- «Задание для родителей».



Задание для родителей

Заполните таблицу. Впишите в неё, как вы закаливаете ребёнка, какими способами и как часто.

Закаливание ребёнка в семье

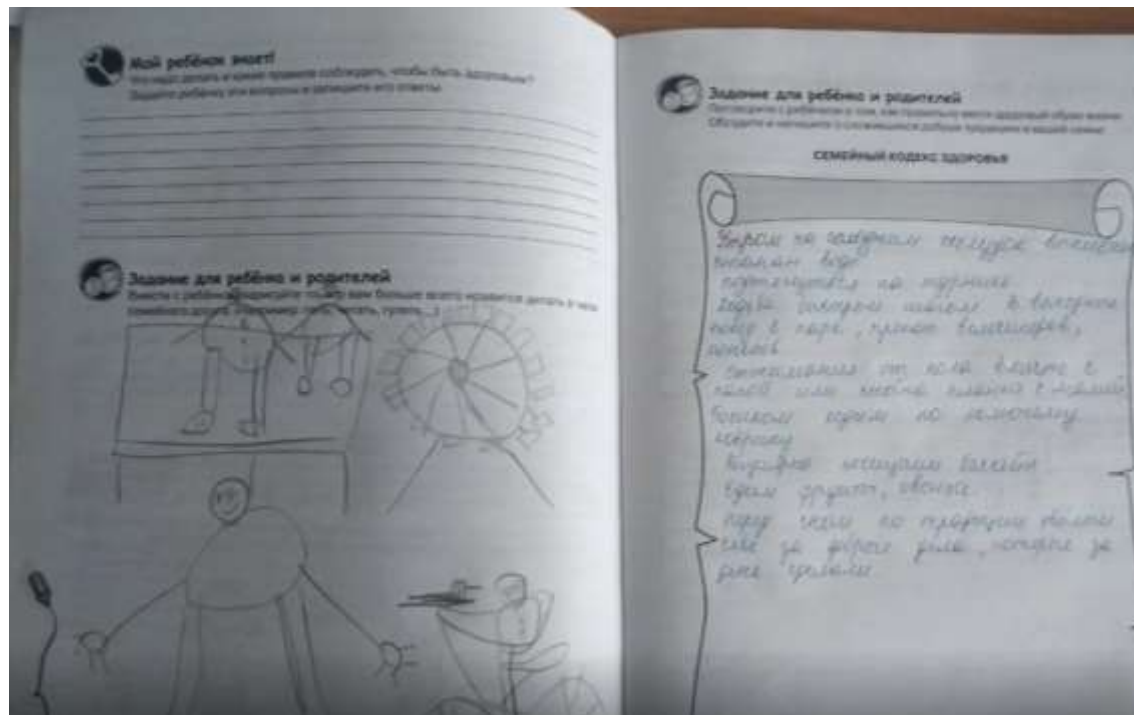
Способы закаливания	6-й год	7-й год
Воздушные процедуры		
Водные процедуры		
Солнечные процедуры		

Противопоказания к закаливанию

1. Негативное отношение к процедурам и страх ребёнка.
2. Срок менее пяти дней после выздоровления от острых заболеваний или профилактической прививки.
3. Срок менее двух недель после обострения хронического заболевания.
4. Карантин в детском учреждении.
5. Ревматизм и диабет в семейном анамнезе.
6. Высокая температура тела.

РУБРИКИ ДНЕВНИКА

«Задание для ребёнка и родителей».



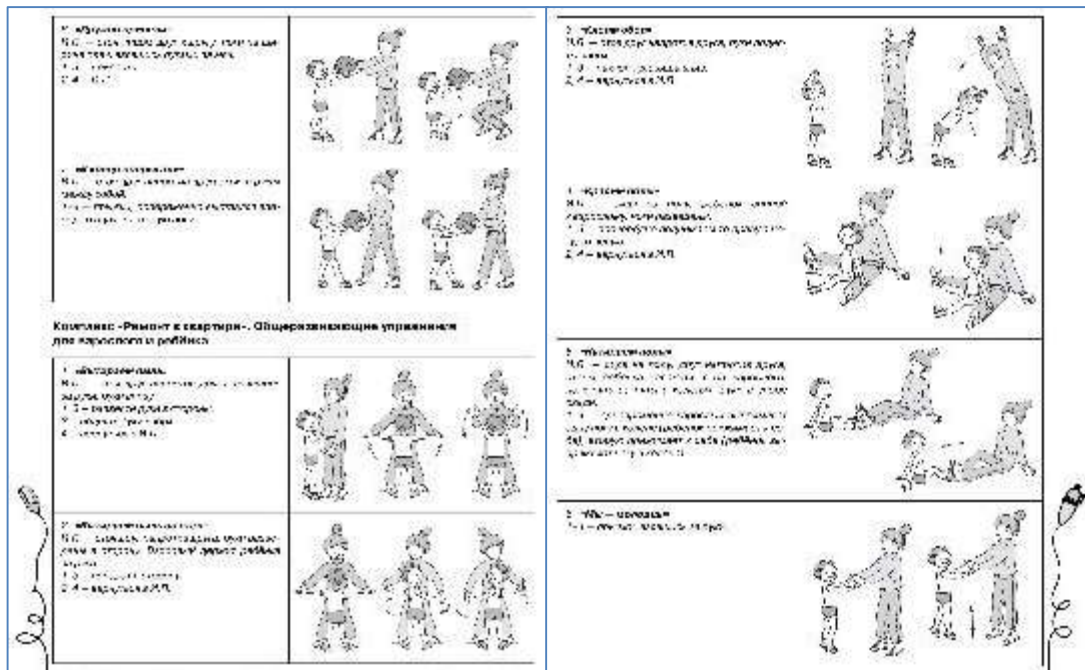
ЧТО ИНТЕРЕСНО РЕБЁНКУ?

- Выполнять **ЗАДАНИЯ** самостоятельно –
отвечать на вопросы, рисовать.



ЧТО ИНТЕРЕСНО РЕБЁНКУ?

- Выполнять ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ совместно с родителями.

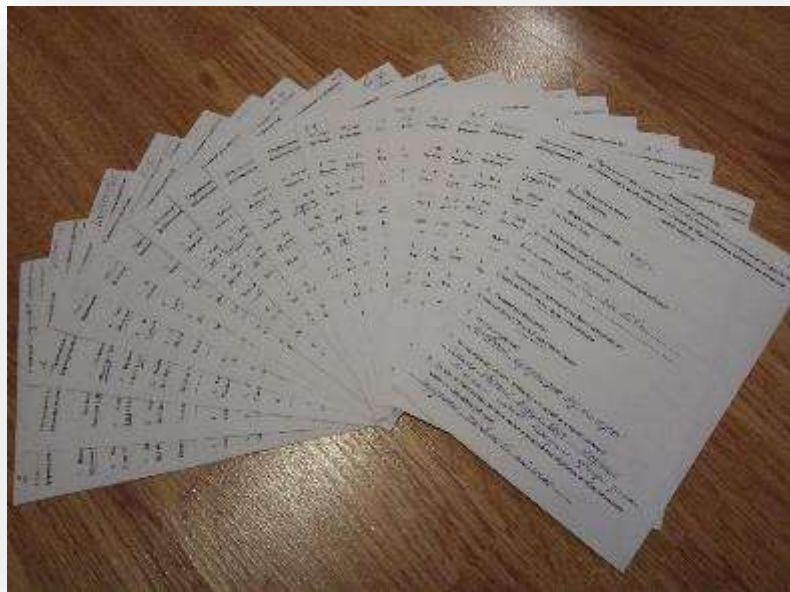


Технология ведения семейного дневника

- **Диагностический этап** предполагает изучение уровня представлений о здоровом образе жизни у родителей и детей, выявление сложившихся традиций в семье в вопросах формирования основ здорового образа жизни.
- **Основной этап** – определение форм педагогической поддержки.
- **Заключительный этап** – оценивается эффективность педагогической поддержки родителей.



Диагностический этап



Основной этап

Формы педагогического взаимодействия с детьми



Основной этап

Формы педагогического взаимодействия с детьми



ФОРМЫ ПРОСВЕЩЕНИЯ

Групповые

- Родительские собрания.
- Квесты.
- Мастер-классы.
- «Круглые столы».
- Родительские конференции

Интернет-ресурсы

- Дистанционные конференции



ДОСУГОВЫЕ ФОРМЫ

- Спортивные праздники.
- Занятия физическими упражнениями в детско-родительской паре.
- Квесты.
- Оздоровительно-образовательные терренкуры
- Флешмобы.
- Туристические походы и пешие прогулки.
- Социальные акции



Творчество в семье

(дидактические пособия, игры, книжки-малышки, календари)



Информация для родителей на сайтах ДОО



✓ ЭТО ВАЖНО!

Рекомендации и задания по укреплению физического и психического здоровья ребенка:

- Режим дня;
- Основы закаливания;
- Физматрица движений;
- Правила рационального питания;
- Физматрица самостоятельности при самообслуживании;
- Движок безопасности в семье;
- Основы самодиагностики психического микроклимата.

✓ ЭТО ИНТЕРЕСНО!

Результаты исследований в области медицины, дошкольной педагогики и психологии.

РУБРИКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Это важно!

Это интересно!



Как работать с электронным дневником?

Загляните на страничку сайта детского сада:

<http://www.74614.ru>
<http://www.mkbk.obozrenko.ru/cvetochnik/tema/277249>

Это Интересно! Что такое здоровье?

- **Здоровье** – состояние физического, психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма.
- **Здоровье** – это право и величайшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечению высокого качества жизни.
- **Быть здоровым** – это стремление человека. Здоровье означает не просто отсутствие болезней, но и физическое, интеллектуальное и социальное благополучие.

ВИДЫ ЗДОРОВЬЯ

- Физическое здоровье
- Психическое здоровье
- Социальное здоровье

Основные требования к выполнению ОРУ

- 1) Патружка для всех групп мышц должна быть капитальной.
- 2) Используйте упражнения для разных групп мышц: рук и плечевого пояса, спины и брюшного пресса, ног и стоп.
- 3) Начинайте разминку с самомассажа лица (лоба, носа, щек), рук, ног.
- 4) Перед упражнениями для мышц рук и плечевого пояса выполняйте упражнения для пальцев рук.
- 5) Чередуйте исходные положения для упражнений (стоя, сидя, лежа на животе и на спине). Положение лежко помогает разгрузить позвоночник.
- 6) Выполняйте упражнения вместе с ребенком (гибкость и др.).
- 7) Используйте при выполнении упражнений разные предметы: мяч, ленту, кубики, платочки, string и другие.
- 8) Следите за дыханием ребенка. Важно, чтобы ребенок дышал носом, а не ртом.
- 9) Не предлагайте ребенку упражнения, связанные с перенапряжением в шейном отделе позвоночника.
- 10) Избегайте резких сгибаний, разгибаний, а также исходных положений, в которых возможна задержка дыхания и натуживание (это в первую очередь касается упражнений, направленных на развитие силы).

Опыт семейного воспитания



Постоянное повышение профессиональной компетентности педагогических работников в вопросах формирования ЗОЖ у детей



Заключительный этап



БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!



s.s.prishpa@mail.ru