



Образовательный Центр "Лучшее Решение"
www.лучшеерешение.рф www.lureshenie.ru www.высшийуровень.рф
www.лучшийпедагог.рф www.publ-online.ru www.t-obr.ru www.1-sept.ru

Научно-практическая конференция
«Развитие современного образования в России»

Доклад:

"Работа с семьёй по сохранению и укреплению здоровья детей-дошкольников"

Докладчик:

Зуева Елена Николаевна

МБДОУ "Детский сад № 2 "Искорка", г. Протвино, Московская область

Каждый педагог заинтересован в том, чтобы родители были увлечены вопросами воспитания и оздоровления детей. В этих важных процессах участвуют и родители, и детский сад. Без участия одной из сторон эти процессы невозможны или, по крайней мере, не полноценны.

Очень важной формой работы с родителями являются встречи с родителями или родительские собрания. Но родители зачастую неохотно откликаются на участие в формальной и поучающей встрече. Выход в изменении форм и методов проведения родительского собрания. Главное – заблаговременная подготовка и переход от монолога к диалогу, дискуссии. Необходимо помнить, что нельзя затягивать дискуссии, надо заканчивать их мини-итогами; никогда не упрекать родителей за какие-то проблемы; нельзя навязывать свое мнение, надо учиться слушать высказывания самих родителей.

Я хочу представить опыт проведения одного из таких собраний по теме «Здоровье – всему голова».

Подготовительная работа.

Размещение на информационном стенде группы консультации «Как предупредить несчастный случай дома». Родители получают памятки «О различных видах закаливания», «Оздоровительный самомассаж». Также родителям предлагается оформить сообщение на тему «Как в нашей семье заботятся о здоровье ребенка». Некоторым родителям предлагается подготовить короткие заметки о различных типах фитонцидов. Воспитатели изготавливают и вручают родителям именные пригласительные билеты. С помощью родителей изготавливаются небольшие плакаты «Здоровье – всему голова», «Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – много потерял, здоровье потерял – все потерял», «Дарите улыбку». Готовится ватман для аппликации «Букет здоровья ребенка», вырезанные цветы, клей. На каждого участника собрания печатается памятка «Массаж ладоней», с указанием зон и упражнениями для воздействия на них.

Собрание начинается с чтения стихотворения В. Крестова «Тепличное создание». Проходит дискуссия о профилактике заболеваний. Обсуждаются: режим дня, закаливание, гигиена, солнечные ванны, проветривание помещений, сон, прогулки, летний отдых, двигательная активность, одежда детей по сезону, смена белья, питание, фитонциды, массаж биологически активных точек. Отдельное внимание уделяется использованию фитонцидов. Родители делятся своими знаниями по данному вопросу. Информация может содержать следующие сведения.

Фитонциды. Все растения, кроме грибов, обладают антимикробным действием. Таким образом, они сами себя защищают, это их иммунитет. И все благодаря фитонцидам –

образуемым растениями биологически активным веществам, убивающим или подавляющим рост и развитие бактерий, микроскопических грибов. Фитонциды не нужно отождествлять с эфирными маслами, потому что они свойственны всем растениям. Есть летучие и нелетучие фитонциды.

Летучие присутствуют в воздухе, которым мы дышим. Полезно гулять лесу, на лугу или на берегу рек, озёр и морей. Очищенный фитонцидами от бактерий воздух способствует профилактике заболеваний. Фитонциды различных комнатных растений очищают воздух. Например, фитонциды бегонии снижают количество микробов в комнате на 43%, а фитонциды хризантемы – на 66%. Частицы солей тяжелых металлов, которые попадают к нам с улицы, поглощает аспарагус. Фитонциды герани, цитрусовых, розмарина, мирта дезинфицируют и дезодорируют воздух. Это препятствует возникновению легочных заболеваний и улучшает обмен веществ. Хлорофитум за сутки способен очистить воздух в 10-12 метровой комнате на 80%.

Овощи и фрукты содержат нелетучие фитонциды. Хорошо известны целебные свойства лука, чеснока, стручкового перца, хрена, капусты, яблок (особенно антоновки), ягод чёрной смородины, земляники, малины, плодов цитрусовых растений. Употребление в свежем виде овощей и фруктов способствует очищению полости рта и желудочно-кишечного тракта от болезнетворных микробов. Фитонциды многих растений сохраняют свою активность в течение длительного времени, они устойчивы к воздействию высоких и низких температур. Поэтому мы замораживаем ягоды, сушим и завариваем травы.

Во второй части проходит практикум, направленный на точечный массаж ладоней. Массаж рук помогает восстанавливаться нервной системе, улучшить внимательность, мышление, а также работоспособность всего организма. Воспитатель показывает, как правильно выполнять движения, объясняет, на что обращать внимание. Родители также делятся своим опытом о массаже различных зон организма.

В третьей части обсуждается проблема детского травматизма в быту. Она проходит в краткой, но емкой форме самоанализа. Воспитатели также участвуют на примере своих собственных семей. Используются фишки трех цветов. Если взрослые согласны с утверждением, ставят фишку красного цвета, если иногда – жёлтого, нет – зелёного. Примерные вопросы.

1. Дети остаются дома одни.
2. Алкоголь находится в доступном месте (напитки, духи, лекарственные настойки).

3. Дети бывают на балконе без присмотра.
4. Нагретый утюг доступен ребёнку.
5. Лекарства не убраны под ключ.
6. Пуговицы, бусины, монеты, украшения лежат на виду.
7. Окна открыты в отсутствие взрослых.
8. Дети остаются одни на кухне с включенной плитой, духовкой.
9. Горячие кастрюли, чайники ставят на краю стола.
10. Розетки не защищены заглушками.
11. Спички, зажигалки лежат на столе, тумбе.
12. Стеллажи, полки и другая не очень тяжёлая мебель не закреплены у стены.
13. Дети остаются одни в наполненной ванне.
14. Детям разрешено пользоваться различными инструментами без присмотра взрослых.
15. Бытовые химические средства находятся в легкодоступных местах.

Количество фишек не подсчитывается. Подчеркивается значимость соблюдения правил безопасности и ознакомление детей с учетом возраста с типичными опасностями в доме и в саду. Профилактика несчастных случаев – воспитание.

В предпоследней части встречи проводится беседа о моральном здоровье, необходимости сдерживаться, не грубить детям, не оскорблять, не высмеивать и не унижать. Учиться самим и учить детей говорить слова любви, сострадания, одобрения, восхищения, поддержки, уверения в силе и др. Обязательно использовать в общении улыбку – одного из признаков здорового человека.

В заключительной части проводится слово-эстафета. Так в интересной форме совместно подводятся итоги дружеской встречи. Про больного человека говорят: «У него целый букет болезней». Предлагается составить «Букет здоровья ребёнка». Воспитатель начинает фразу, а родители по-очереди заканчивают ее, не повторяясь, затем одним словом записывают свой ответ на цветок.

Наши дети здоровы, потому что мы...

- их закаливаем,
- много гуляем,
- убираем горячее,
- относимся к ним ласково,
- закрываем лекарства,
- применяем фитонциды,
- не оставляем дома одних,
- улыбаемся и др.

Родители приклеивают цветы, составляя «Букет здоровья ребёнка».

Покидая собрание, каждый родитель должен осознавать, что рядом с ним существует хрупкий и ранимый мир детства, который не терпит равнодушия, который надо чувствовать и беречь, который приносит не только заботы и хлопоты, но и огромную человеческую радость.