



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)  
Факультет дошкольного образования  
Кафедра теории, методики и менеджмента дошкольного образования

**Активизация участия родителей в формировании здоровьесберегающей  
среды в дошкольной образовательной организации**

**Выпускная квалификационная работа**

по направлению: 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Дошкольное образование»

Проверка на объем заимствований

21,66 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 28 » мая 2018 г.

И. о. зав. кафедрой ТМиМДО

Артеменко. Б.А

Выполнила:

студент группы ОФ-402/096-4-2

Иванова Екатерина Александровна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ТМиМДО

И.А. Селиверстова

Челябинск

2018

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы создания здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации	8
1.1. Состояние проблемы создания здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации	8
1.2. Факторы здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольной образовательной организации	18
1.3. Организационно-педагогические условия активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации	26
Выводы по 1 главе	34
Глава 2. Апробация организационно - педагогических условий активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации	36
2.1. Изучение работы дошкольной образовательной организации по созданию здоровьесберегающей среды	36
2.2. Реализация комплекса мероприятий по вовлечению родителей в создание здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации	46
2.3. Обобщение результатов исследования	50
Выводы по 2 главе	57
Заключение	58
Список литературы	60
Приложения	65

## ВВЕДЕНИЕ

Здоровье подрастающего поколения является на сегодняшний день одной из важных показателей, который отражает биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, качество окружающей среды, степень оказания медицинской помощи и в конечном итоге – отношение государства к проблемам детства и материнства.

Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения остается актуальной на все времена, не исключая и современность.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать сегодня родителям, педагогам и учителям образовательных организаций всех ступеней. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «здоровый ребенок – успешный ребенок», невозможно решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей.

По результатам статистических данных на сегодняшний день наблюдается резкое ухудшение здоровья детей и подростков, повышение уровня заболеваемости и увеличение числа детей, которых можно отнести к категории «часто болеющий ребенок». Поэтому проблема укрепления и сохранения здоровья в дошкольной образовательной организации (далее – ДОО) является приоритетной. Этого требует и Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

(далее – ФГОС ДО), утвержденный Приказом Минобрнауки №1155 от 17.10.2017 года.

Обозначенная проблема явилась предметом изучения многих исследователей. Авторы исследований предлагают различные пути сохранения здоровья детей в образовательном учреждении - физическое воспитание (В.И.Бондин, А.Г.Трушкин и др.), валеологизация образовательной среды и учебного процесса (Т.И.Бабенко, Г.К.Зайцев, В.П.Казначеев, Н.К.Смирнов и др.), двигательная активность (Л.В.Абдульманова, Б.Б.Егоров, Н.Т.Лебедева и др.), проектирование здоровьесберегающей среды (М.М.Безруких, Р.М.Чумичева, И.С.Якиманская, Е.А.Ямбург и др.).

Образовательные задачи в области физического развития включают приобретение детьми опыта в следующих направлениях: формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни.

Поэтому в настоящее время в качестве одного из основных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий, направленных на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранения, поддержания и укрепления здоровья дошкольников – при непосредственном участии всех субъектов образовательного процесса: детей, педагогов и родителей.

В связи с этим необходимо искать современные технологии и методы к оздоровлению детей, которые опираются на многофакторный анализ внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья воспитанника, своевременном учете и использовании особенностей организма ребенка дошкольного возраста, а также уметь оптимально

использовать образовательное пространство для эффективной здоровьесберегающей деятельности.

В рамках темы исследования под понятием «здоровьесберегающая деятельность» мы рассматриваем образовательную среду, как, своего рода, паспорт безопасности для здоровья дошкольников, в совокупности с современными методами, приемами и средствами педагогической работы.

На основании вышеперечисленного можно сделать вывод о том, что формирование здоровьесберегающей среды в дошкольном учреждении является важным направлением, на что указывают многие нормативные документы, в том числе и ФГОС ДО. Этим и обусловлен выбор темы исследования.

**Цель исследования:** выявить, обосновать и апробировать организационно-педагогические условия активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО.

**Объект исследования** – здоровьесберегающая среда дошкольной образовательной организации.

**Предмет исследования** – организационно-педагогические условия активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что активизация участия родителей будет способствовать более эффективному формированию здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации, если:

1) осуществлять повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий;

2) организовывать педагогические мероприятия, направленные на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

На основании цели и предмета исследования мы выдвинули следующие **задачи**:

1. Изучить состояние проблемы формирования здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации;
2. Рассмотреть факторы и сущность здоровьесберегающих технологий, проанализировать возможности использования здоровьесберегающих технологий в условиях дошкольной образовательной организации;
3. Выявить и описать организационно-педагогические условия активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации;
4. Разработать и апробировать комплекс мероприятий по вовлечению родителей в создание здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации.

**Методы исследования:**

- анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;
- анализ практического опыта использования здоровьесберегающих технологий в ДОО;
- эмпирические методы: наблюдение, анкетирование, диагностика;
- количественный анализ и обработка полученных в ходе исследования данных.

**База исследования:** Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 17 г. Челябинска».

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что в работе систематизирован теоретический материал по теме исследования.

Практическая значимость исследования заключается в том, что представленный комплекс мероприятий по работе с родителями по применению здоровьесберегающих технологий, направленных на

укрепление и сохранение здоровья дошкольников, могут использовать в своей практике педагоги других ДОО.

Структура работы: Выпускная квалификационная работа состоит из введения, 2 глав, заключения, списка использованной литературы и приложений. Общий объем работы составляет 59 страниц.

## **Глава 1. Теоретические основы создания здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации**

### **1.1. Состояние проблемы создания здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации**

Одним из важных компонентов национального богатства любого общества является здоровье нации. Поэтому важность сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения имеет большую значимость для творческой, активной, трудовой деятельности личности.

Учитывая огромный объём исследовательской деятельности, направленной на изучение и поддержание здоровья человека в мире, на сегодняшний день можно констатировать тот факт, что здоровье человека, вне зависимости взрослый он или ребенок, занимает самые приоритетные позиции в мире.

П.И. Калью в одной из научных работ описал 79 определений здоровья, которые были сформулированы из различных источников разных странах мира в разное время. Изучив все имеющиеся характеристики здоровья, Калью сводит их к нескольким моделям:

- Медицинская модель, характеризует здоровье как отсутствие болезней и их симптомов, служит для определений, содержащих медицинские признаки и характеристики;
- Биомедицинская модель подразумевает отсутствие субъективных ощущений нездоровья и органических нарушений.
- Биосоциальная модель, отдаёт приоритет социальной стороне, рассматривает целостность медицинских и социальных признаков здоровья;
- Ценностно-социальная модель основывается на определении здоровья Всемирной организации здравоохранения как ценности человека.

Согласно тексту Устава ВОЗ, «здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов» [46].

Таким образом, здоровье - это не просто отсутствие той или иной болезни, а состояние творческой отдачи, хорошей работоспособности и эмоционального тонуса. Из всего этого и складывается благополучие личности.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. В национальном докладе о здоровье населения России отмечено, что число абсолютно здоровых детей снизилось до 10%, часто и длительно болеющие дети составляют 70-75%, а 15-20% имеют хронические заболевания.

Во все времена здоровье детей рассматривалось как приоритетная ценность, необходимое условие и результат успешного педагогического процесса. Эта задача очевидна для любого государства, которому нужны творческие и активные личности, имеющие гармоничное развитие. В современном мире с каждым днем к человеку предъявляются новые, все более высокие требования. Соответствовать им способна только здоровая личность.

Значимость такой деятельности по сохранению здоровья детей в настоящий момент отражена во многих документах международного и отечественного уровня. Так, статья 6 Конвенции о правах ребенка указывает, что каждый ребенок имеет право на жизнь и здоровое развитие [43].

В соответствии с Концепцией демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года особое внимание должно уделяться сохранению и укреплению здоровья населения, увеличению продолжительности активной жизни, созданию условий и формированию мотивации по внедрению элементов здорового образа жизни в повседневную жизнь для поддержания здоровья на должном уровне [42].

Закон об образовании РФ в ст.41 определяет основные направления в деле сохранения и укрепления здоровья обучающихся, а также формирования потребности в здоровом образе жизни: «1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя: определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул; пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда; организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом» [48].

Мы согласны с мнением Гаврючиной Л.В., что «дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного валеологического образования, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса» [10, с.3]. А для его построения необходимо основываться на таких общепедагогических принципах как научность, доступность, непрерывность и практическая целеустремленность, гуманизация, динамичность и открытость.

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка. Исследования последних лет констатируют ухудшение здоровья населения России. Негативные тенденции остро отражаются на здоровье подрастающего поколения. Количество здоровых детей и подростков едва достигает пятой доли от их общего числа; около трети детей, поступивших в школу, уже имеют хроническую патологию [44].

Статистические исследования состояния здоровья современных детей дошкольного возраста характеризуется тревожными показателями: у 75 % распространены дефекты и заболеваний опорно-двигательного аппарата, у более 70 % отмечаются функциональные отклонения органов и систем, половина детей страдает хроническими заболеваниями.

Поэтому, взрослый человек, на которого возложена обязанность по воспитанию ребенка, должен привить ему ценностное отношение к

собственному здоровью, научить отказываться от всего вредного для организма и, главное, прививать чувство ответственности за свое здоровье. Эти задачи в дошкольной организации должны и могут решаться путем разработки и реализации программы по здоровьесбережению. Успешность ее выполнения зависит от системного подхода к решению указанной проблемы, который использует в своей работе учреждение. Деятельность, осуществляемая в данном направлении, должна проводиться согласно скоординированной политике, подкрепленной утвержденным комплексным планом действий.

В дошкольном возрасте формируется и закладывается фундамент физического и психического здоровья. В первые семь лет своей жизни человек проходит уникальный по своему объёму и значению путь развития, который уже не повторится на протяжении всей оставшейся жизни.

Проблему формирования здоровья в современных условиях следует рассматривать как проблему комплексного подхода к воспитанию детей. В дошкольной организации комплексный подход решается через системное использование методов, приемов, технологий, организации здоровьесберегающей среды, в которой ребёнок не объект педагогического воздействия, а несформировавшаяся личность, оберегаемая взрослыми. Здесь, как нельзя, кстати, подходит высказывание Н.М. Амосова: «Если нельзя вырастить ребёнка, чтобы он не болел, то, во всяком случае, поддерживать у него высокий уровень здоровья вполне возможно»[40].

Актуальность развивающей педагогики оздоровления обусловлена созданием в ДОУ эффективной здоровьесберегающей, педагогической системы, которая позволит своевременно если не преодолеть нарушения состояния здоровья и развития ребёнка, то хотя бы сохранить его.

Компонентами здоровьесберегающей среды являются практически все направления деятельности ДОО (см. рисунок 1).



Рис.1. Компоненты здоровьесберегающей среды

Для того чтобы выявить проблемы создания здоровьесберегающей среды в ДООУ, необходимо рассмотреть ряд понятий и условий, связанных с указанным вопросом. По определению, которое даёт Т.В. Климова, здоровьесберегающая среда по отношению к детям дошкольного возраста включает в себя как комплексное пространство социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную, морально-нравственную и бытовую среду в семье и детском саду [47].

В это пространство включается всё, с чем сталкиваются дети дошкольного возраста в течение дня: окружающая среда, взаимоотношения с родителями и сверстниками, образовательный процесс и деятельность в свободное время.

Для успешного внедрения и функционирования здоровьесберегающей среды в ДООУ необходимо соблюдение ряда требований. В первую очередь необходима оптимизация санитарно-гигиенических условий и рациональная организация образовательной деятельности и режима учебной нагрузки. Для этого необходимо

грамотное и планомерное использование здоровьесберегающих образовательных технологий.

Проанализировав различные теоретические данные, а также практические исследования педагогов дошкольных образовательных учреждений мы выделили несколько основных проблем создания здоровьесберегающей среды в ДОУ. Как известно, ФГОС дошкольного образования выделяет одну из главных задач сохранение и укрепление здоровья детей. Согласно ФГОС, воспитатель в своей работе должен применять различные технологии здоровьесбережения в ДОУ.

При проведении анализа публикаций из опыта работы педагогов-практиков нами выявлен недостаточный уровень использования здоровьесберегающих технологий в педагогической деятельности. Это, своего рода, показатель слабой подготовки воспитателей в области современных требований к здоровьесберегающей среде. Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий.

Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы, утверждённая Указом Президента РФ, содержит раздел «Меры по развитию политики формирования здорового образа жизни детей и подростков». В нём предусмотрено распространение здоровьесберегающих технологий обучения на все образовательные учреждения, обеспечение доступности занятий физической культурой, туризмом и спортом для всех категорий детей, внедрение инновационных оздоровительных и физкультурно-спортивных технологий в работу образовательных учреждений и организаций. Тем не менее, можно нередко заметить отсутствие взаимодействия между различными ведомствами по вопросам здоровьесбережения или формальный подход к сотрудничеству.

Поэтому, на наш взгляд, руководителям дошкольных организаций необходимо проводить постоянное повышение квалификации педагогического персонала, как в рамках методических мероприятий, так и в самообразовательной деятельности. Кроме того, нужна детальная проработка нормативных документов, разработка планирования и программирования образовательной деятельности ДООУ и среды по здоровьесберегающему направлению, которые соответствовали бы современным научным представлениям, ожиданиям родителей, представлениям общества в целом.

Основываясь на проведённых Н.В. Третьяковой исследованиях здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций, были обозначены определенные трудности, с которыми учреждения встречаются при реализации здоровьесберегающих мер, это [32]:

- нехватка квалифицированных кадров;
- отсутствие системности в работе, ее низкая координация, а также недостаточные контроль и анализ;
- отсутствие взаимосвязи между специалистами, реализующими здоровьесберегающую деятельность (педагоги, медицинские работники, психологи и др.);
- недостаточный уровень компетентности специалистов;
- необходимость специализированного обучения по вопросам здоровьесбережения;
- отсутствие стимулирования данного рода деятельности со стороны вышестоящих органов управления образованием;
- низкий уровень заинтересованности сотрудников учреждения;
- отсутствие в должностных инструкциях функциональных обязанностей на ведение здоровьесберегающей деятельности.

Как указывалось выше понятие «здоровьесберегающие технологии» появилось в педагогическом обиходе в последние 10-15 лет. У различных

авторов понятие «педагогические технологии при здоровьесбережении» трактуется по-разному. Так, родоначальник данного понятия Н.К. Смирнов в своих трудах говорил о том, что это не что иное, как совокупность методов и форм такой организации процесса обучения, который бы не проводился в ущерб здоровью учащихся. Ниже приведены примеры толкования разными авторами данного понятия [20 ;28] (см. табл. 1).

Таблица 1

Анализ понятия «здоровьесберегающие технологии» в психолого-педагогической литературе

Авторы	Трактовка понятия «здоровьесберегающие технологии»
А.М. Митяева	системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников на базе качественной характеристики педагогических технологий по критерию их позитивного воздействия на здоровье учащихся и педагогов
О.В. Петров	Система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования
Н.К. Смирнов	комплексная, построенная на единой методологической основе, система организационных и психолого-педагогических приемов, методов, технологий, направленных на охрану и укрепление здоровья учащихся, формирования у них культуры здоровья, а также на заботу о здоровье педагогов
В.Д. Сонькин	<ul style="list-style-type: none"> <li>– условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);</li> <li>– рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);</li> <li>– соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;</li> </ul>

Авторы	Трактовка понятия «здоровьесберегающие технологии»
	– необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Изучив трактовку данного понятия разными авторами, нам ближе всего толкование М.М. Безруких, которая считает, что здоровьесберегающие технологии – это «...система мер по охране и укреплению здоровья детей, куда входят сама здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения, оптимальные условия жизни и деятельности детей в детском саду, полноценное питание и физкультурно-оздоровительная работа» [4, с.8-9].

Однако автор отмечает тревожную тенденцию последних лет, когда педагогические здоровьесберегающие технологии подменяют оздоравливающими технологиями, которые с системой мер по охране и укреплению здоровья не имеют ничего общего. М.М. Безруких указывает на недопустимость применения модных технологий (фиточай, сауна), которые могут использоваться, но как дополнение к рациональной здоровьесберегающей организации жизни и деятельности ребенка в ДОО и лишь под пристальным наблюдением медицинского работника или педагога, хорошо знающего физиологию дошкольника [4]. Здесь должно безоговорочно действовать правило: «Не навреди!».

Система здоровьесберегающих мер достаточно многообразна и может включать в себя различные аспекты. Одной из составляющих такой системы может быть организация музыкально-звукового фона. О сильнейшем воздействии музыки на организм человека знали еще в древние времена и использовали её в терапевтических и воспитательных целях. В.М. Бехтерев в своих исследованиях пришел к выводу, что музыкальный ритм способен установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, успокоить перевозбужденных детей и растормозить замедленных.

В систему мер по охране и укреплению здоровья детей входит и оформление пространства на прогулочных участках ДОО. Окружающая природная среда с зелеными насаждениями, оборудованной тропой здоровья и экологическими уголками благотворно сказывается на состоянии физического и психического здоровья детей. Важно отметить, что предметное окружение прогулочных участков должно быть наполнено такими малыми формами, которые бы удовлетворяли потребность дошкольника в движениях самого разного вида. Здесь уместно проводить такие здоровьесберегающие технологии, как гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая, спортивные и подвижные игры.

Здоровьесберегающие технологии являются своеобразным сертификатом безопасности физического состояния людей, участвующих в образовательном процессе. Кроме того, подобные технологии служат совокупностью тех методов, приемов и принципов работы воспитателя, которые представляют собой дополнение к традиционным педагогическим технологиям, которые они активно разрабатывают, применяют, и совершенствуют на практике.

По мнению Н.К. Смирнова, здоровьесбережение в ДОО должно присутствовать при применении любой педагогической технологии и являться ее качественной характеристикой [28]. При этом важно, чтобы здоровье сохранялось у всех субъектов образовательного процесса. А к ним относятся педагоги, дети и их родители.

Таким образом, здоровьесберегающая деятельность обеспечивает удовлетворению возрастных и психологических потребностей участников образовательного процесса. Применение в педагогическом процессе в здоровьесберегающих технологий должно осуществляться как двусторонний взаимосвязанный процесс: не только, как результат деятельности педагога по созданию определенных условий для укрепления здоровья, но и в форме самоорганизации и самореализации ребенка.

Итак, анализ содержания литературы позволяет сделать выводы о том, что, несмотря на различия в концепциях, подходах, методах и средствах решения проблемы оздоровления дошкольников, в содержании каждого материала авторами, проблема сохранения здоровья детей признается приоритетной и ей уделяется первостепенное значение.

## **1.2. Факторы здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольной образовательной организации**

Модернизация системы российского образования направлена на то, чтобы создать условия здоровьесбережения ДООУ. По данным отечественных и зарубежных исследователей здоровье человека на 50 % - зависит от собственного образа жизни, на 20% - от окружающей среды, на 20% - от наследственности, на 10% - от уровня здравоохранения в стране [46]. Данные цифры дают основание утверждать, что от педагогов дошкольных образовательных организаций зависит будущее здоровье нации. Поскольку, именно в этом возрасте формируются практически все основные качества личности, в том числе и основы культуры здорового образа жизни, которая является частью общей культуры. Но, чтобы научить ребенка элементарным навыкам здорового образа жизни (далее – ЗОЖ) в первую очередь необходимо создать здоровьесберегающую среду.

К факторам здоровьесберегающей образовательной среды, в соответствии с ФГОС дошкольного образования, можно отнести следующие [48]:

- компетентность педагогов в реализации здоровьесберегающих технологий;
- организации предметно-развивающей среды;

- комплексное использование здоровьесберегающих технологий в ДОО;
- предметно-пространственное окружение, соответствующее требованиям ФГОС дошкольного образования, возрастным задачам развития и санитарно-эпидемиологическим нормам;
- психологически-благоприятный, сообразный возрасту климат общения и организации образовательной деятельности в ДОО;
- налаженное партнерское взаимодействие ДОО и семьи.

Рассмотрим основные из них подробнее.

На сегодняшний день, во многих дошкольных организациях, широко используются здоровьесберегающие технологии. Они призваны обеспечивать ребенку высокий уровень здоровья, вооружив его необходимыми знаниями, умениями, навыками, необходимыми для ведения здорового образа жизни, воспитав у него культуру здоровья.

С помощью здоровьесберегающих технологий решаются следующие задачи:

- организация физкультурно – оздоровительной работы и профилак-тики нарушений плоскостопия и осанки;
- обучение детей безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в природе и мегаполисе;
- осуществление преемственности между дошкольным образовательным учреждением и школой средствами физкультурно-оздоровительной работы;
- создание общего здоровьесберегающего пространства ДОО и семьи.

Все здоровьесберегающие технологии можно условно разделить на четыре группы:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, то есть комплексы физ. минуток, которые могут

включать дыхательную, пальчиковую, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т.д.), подвижные и спортивные игры, контрастная дорожка, тренажеры;

– технологии обучения здоровому образу жизни (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, бассейн, точечный массаж, спортивные праздники, развлечения, День здоровья, ситуативные малые игры – ролевая подражательная имитационная игра);

– технология эстетического воздействия или арт-терапия (музыкотерапия, сказкотерапия, библиотерапия), используемая в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.;

– технологии коррекции поведения (игры с правилами, игры – соревнования, раскрепощающие психотехнические игры – специальные игровые упражнения, в которых содержится явная или скрытая формула поведения, направленные на ослабление внутренней агрессии, приобретение эмоциональной и поведенческой стабильности). [13, с. 139-140].

Внедрение технологий здоровьесбережения в ДОО осуществляется при прохождении нескольких ступеней.

Так, этапами реализации подобных технологий являются:

1. Анализ физического развития и исходного состояния здоровья. При этом важно учесть уровень развития валеологических навыков и умений детей. Немаловажным фактором для проведения анализа должна стать и здоровьесберегающая среда, существующая в ДОО.

2. Оптимальная организация необходимого пространства.

3. Установление контакта с другими сотрудниками детского учреждения.

4. Самообразование педагогического персонала по здоровьесбережению с изучением всех приемов и методик данного направления.

5. Внедрение различных форм работы по укреплению и сохранению здоровья всех субъектов педагогической деятельности.

6. Работа с родителями детей, несущая валеологическую направленность.

В рамках реализации здоровьесберегающих технологий педагогом организуются:

- оздоровительные режимы, в том числе, гибкий, адаптационный, сезонный и щадящий;
- комплекс мероприятий развивающего характера, в который входит прохождение «дорожек здоровья», воздушное закаливание, хождение босиком, полоскание рта и горла, бодрящая гимнастика и т. д.;
- разнообразные физкультурные занятия;
- максимальное применение двигательного режима;
- профилактические мероприятия в виде ритмопластики, сухого бассейна, логоритмики, тактильных дорожек и др.[39].

Одной из составляющих такого процесса является обеспечение гигиенических условий и грамотно составленное расписание непосредственной образовательной деятельности (НОД). Формы и методы, направленные на снижение нагрузки на глаза ребенка, напряжение его мышц, умственную усталость (физминутки, гимнастика для глаз, дыхательные упражнения и пр.), должны быть в арсенале каждого педагога и присутствовать в педагогическом процессе ежедневно. Эти и другие кратковременные приемы смены деятельности статического и двигательного характера очень эффективны, с удовольствием выполняются детьми и воспринимаются ими, как игровая ситуация, при этом выполняя здоровьесберегающую функцию.

Так, ритмопластика развивает у детей гибкость и музыкальный слух, формирует правильную осанку, бодрит, настраивает детей на активность движений.

Гимнастика для глаз снимает статическое напряжение мышц глаз, в них улучшается кровообращение. Для обучения детей упражнениям педагог использует наглядный материал.

Подобные физкультминутки длятся, как правило, совсем недолго. Их периодичность зависит от утомляемости детей. Время, отводимое на их проведение – 2-3 минуты.

В реализации здоровьесберегающих технологий, применяется и пальчиковая гимнастика. Основными ее задачами являются[39]:

- развитие точности и ловкости рук;
- стимулирование творческих способностей ребенка;
- развитие речи и фантазии;
- подготовка руки дошкольника к письму.

Занятия по пальчиковой гимнастике проводятся ежедневно. Они могут быть индивидуальными или с привлечением подгруппы детей. Тренировка мелкой моторики позволяет стимулировать пространственное мышление, речь, кровообращение и внимание, быстроту реакции и воображение. Все это особенно полезно тем детям, у которых есть речевые проблемы [41].

Одним из видов физкультурно-оздоровительной работы является дыхательная гимнастика. Благодаря ее упражнениям у детей происходит активизация кислородного обмена в тканях. При этом нормализуется работа всего организма. При составлении планов по здоровьесбережению педагог должен предусмотреть ежедневную бодрящую гимнастику. Она проводится в течение 3-5 минут сразу после дневного сна. Это небольшой комплекс, в который входят:

- упражнения на кроватях;
- движения по коррекции плоскостопия;
- воспитание правильной осанки.

Одной из видов динамических пауз может быть самомассаж, который предлагается детям в форме игры. При этом простые и доступные движения должны сопровождаться яркими образами и веселыми стихами. После самомассажа усиливается кровообращение, нормализуется работа внутренних органов, улучшается осанка. Укрепляется не только физическое здоровье человека, но и его психика.

Ежедневно с детьми должна проводиться и утренняя гимнастика. Эти 6-8 минут занятий будут максимально эффективными, если получат музыкальное сопровождение. При этом у деток начнется активное формирование гимнастических навыков и умений.

Более сложный комплекс упражнений должны включать в себя физкультурные занятия, которые проводятся три раза в течение недели. Используемые при этом упражнения обучают дошкольников основным двигательным навыкам и умениям, улучшают их качество, увеличивают резервы физического здоровья, повышается иммунитет.

Но хороший результат можно будет получить только после подключения к процессу оздоровления самого ребенка. Несмотря на свой возраст, он способен сделать многое для своего физического развития. Для достижения поставленной цели педагог проводит серию валеологических занятий под общим названием «Азбука здоровья», каждое из которых носит тематический характер, например: «Мой организм», «Я и мое тело» и т. д.

Еще одним из главных факторов реализации ФГОС дошкольного образования в области здоровьесбережения, следует считать организацию развивающей предметно-пространственной среды (далее РППС), которая будет способствовать обеспечению эмоционального комфорта и психического здоровья ребенка, а также сохранения и укрепление его физического здоровья.

Важно подчеркнуть, что пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а вся деятельность в ДОО должна быть для

него интересной, привлекательной и соответствовать возрастным возможностям. Грамотно организованная развивающая предметно-пространственная среда (далее РППС) позволит каждому воспитаннику найти для себя интересное занятие, реализовать свои потенциальные возможности и способности, овладеть коммуникативными умениями в процессе совместной деятельности. В создании РППС очень важно учитывать возрастные особенности воспитанников, их потребности и интересы, склонности, личные характеристики и наличие ресурсов для реализации здоровьесберегающих технологий.

РППС должна, в первую очередь, служить развивающимся интересам и потребностям дошкольников, соответствовать возрастным возможностям ребенка, способствовать становлению специфически детских видов деятельности, активизировать зону ближайшего развития воспитанников, побуждать их к сознательному выбору деятельности, реализации собственных инициатив, принятию первых самостоятельных решений, развитию творческих замыслов, формированию личностных качеств и собственного опыта, способствовать здоровьесбережению и укреплению здоровья ребенка.

Ребенок, посещающий ДОО свою большую часть времени проводит в группе. Поэтому, очень важно какая эмоционально обстановка царит в ней. Использование воспитателем методов и средств обучения, позволяющих детям приобретать опыт успеха и радости, личностно-ориентированный подход – все это значимо для поддержания психологического комфорта и эффективной социально-психологической адаптации ребенка. От того, насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации эмоционально-комфортного режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

Относительно этого аспекта А.М. Митяева пишет, что «заболеваемость же детей и окружающих их взрослых автоматически

становится лишь показателем грамотно построенной среды, в которой обучаются и воспитываются дети и находятся взрослые» [20,с.13].

Описанные выше технологии должны быть включены в план самообразования воспитателя ДОО по освоению здоровьесберегающих технологий и их реализации во взаимодействии с родителями. Воспитатель, получающий самообразование по здоровьесбережению дошкольников, должен помнить о том, что работа над физическим и психологическим состоянием ребенка – это не отдельные периодические мероприятия. Его действия должны иметь комплексную направленность.

Так же одним из главных факторов является: налаженное партнерское взаимодействие ДОО и семьи. Взаимодействие ДОО и семьи не должно сводиться к формальным отношениям. Их сотрудничество должно строиться как совместная, взаимодополняющая работа, в которой любой из субъектов взаимодействия в абсолютной мере пользуется знаниями в области развития и актуального состояния здоровья воспитанников.

Рассматривая проблему здоровьесберегающей системы в современном дошкольном образовании, следует выделить, что она, здоровьесберегающая система, в условиях ДОО, есть обеспечение качества дошкольного образования [13].

Все выше перечисленные факторы являются составляющими здоровьесберегающей среды дошкольной организации, которая посредством воспитания формирует в сознании ребенка представление о культуре здоровья, как части общей культуры человека, дает представление о мире как основе культуры человека и общества в целом.

Педагоги должны добиваться благоприятной эмоциональной обстановки в группе, Обеспечению социально-психологического благополучия детей способствует создание эмоциональной комфортности и хорошего психологического самочувствия детей в процессе общения в детском саду и дома.

### **1.3. Организационно-педагогические условия активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации**

На протяжении всей истории развития человечества центром воспитания ребенка-дошкольника была и остается семья. Роль семьи в формировании здоровьесберегающей среды для ребенка, трудно переоценить.

Как было сказано ранее, в настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Кроме того, в настоящее время в связи с катастрофическим ухудшением состояния здоровья детского населения проблема укрепления здоровья стоит особенно остро и максимальный результат при решении данной проблемы возможно получить только при тесном взаимодействии с семьями воспитанников ДОО.

В своих исследованиях О.В. Дыбина указывает на факторы семейной среды, влияющие на высокую частоту заболеваний детей: неполный состав семьи, плохая материальная обеспеченность, плохое здоровье матери и неблагоприятный микроклимат в семье (частые конфликтные ситуации, нерациональное питание, наличие вредных привычек у родителей) [13].

В связи с этим проблема просвещения родителей в вопросах формирования здоровьесберегающей среды является особенно актуальной, поскольку от родителей, в значительной степени зависит здоровье детей дошкольного возраста, и именно они являются для собственных детей объектом для подражания, именно они организуют и обеспечивают жизнедеятельность своих детей. Поэтому особенно важно, чтобы родители имели достаточный объем знаний о здоровом образе жизни и являлись положительным примером для своих детей [2].

Для активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в ДОУ, на данном этапе, вводится понятие сотрудничества ДОУ и семьи в области здоровьесбережения.

Понятия «сотрудничество», «взаимодействие» — является новизной отношений. Сотрудничество — является общением «на равных», где не принадлежит никому привилегия указывать, контролировать, а также оценивать. Данный диалог, обогащает постоянно всех партнеров, всех участников. Овладевать искусством вести диалог, необходимо искать позитивные способы и формы общения обеим сторонам: и родителям, и педагогам.

Взаимодействие – является способом организации совместной деятельности, которая осуществляется с помощью общения. Если взаимодействие осуществляется в условиях открытости обеих сторон, когда не ущемляется ничья свобода, оно служит проявлению истинных отношений.

По мнению Т.А. Марковой понятие «взаимодействие» рассматривается как «единство линий воспитания с целью решения задач семейного воспитания на основе единого понимания» [3, с.3-10]. При этом сотрудничество педагогов и родителей предполагает равенство позиций, как партнёров, и учет индивидуальных возможностей и способностей каждой семьи воспитанников. Следует отметить, что индивидуально-дифференцированный подход необходим не только в работе с детьми, но и при сотрудничестве с родителями (законными представителями) воспитанников, поскольку, воспитателю ежедневно приходится общаться с родителями разного возраста и пола, разной национальности, с разным образовательным цензом, различным общественным статусом.

Педагогу дошкольного учреждения следует понимать, что для активного участия родителей в организации здоровьесберегающей среды в ДОУ важны взаимные действия, основанные на взаимодоверии и

взаимовлиянии при создании определенных организационно-педагогических условий.

Проведя анализ позиций различных исследователей относительно определения понятия «педагогические условия», Н. Ипполитова и Н. Стерхова выделяют ряд важных положений [16]:

1) условия выступают как составной элемент педагогической системы;

2) педагогические условия отражают совокупность возможностей образовательной среды. В них включаются такие меры воздействия и взаимодействия субъектов образования как содержание, методы, приемы и формы обучения и воспитания, программно-методическое оснащение образовательного процесса, а также учебное и техническое оборудование, природно-пространственное окружение образовательного учреждения и т.д.

3) в структуре педагогических условий присутствуют элементы, воздействующие на развитие личностной сферы субъектов образовательного процесса и способствующие формированию процессуальной составляющей системы;

4) реализация правильно выбранных педагогических условий обеспечивает развитие и эффективность функционирования педагогической системы.

Что касается, организационно-педагогических условий, С.Н. Павлов определяет их как «совокупность объективных возможностей обучения и воспитания, организационных форм и материальных возможностей, а также обстоятельств взаимодействия субъектов педагогического процесса».

По мнению А.В. Сверчкова организационно-педагогические условия – это принципиальное основание, связывающее процессы деятельности по управлению процессом формирования профессионально-педагогической культуры личности.

Организационно-педагогические условия рассматриваются в педагогике как процесс планирования, создание средств обучения, комплекса учебно-методической документации.

Таким образом, для результативного продвижения системы здоровьесбережения в ДОО важно создать такие специальные организационно-педагогические условия здоровьесбережения и здоровье укрепления, которые будут способствовать активизации родителей в этой деятельности.

Проведенный анализ исследований показывает, что в формировании здоровьесберегающей среды одним из ведущих факторов является взаимодействие педагогов и родителей.

К основным организационно-педагогическим условиям активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды, мы относим:

1) повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий;

2) организация педагогических мероприятий, направленных на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых лежит совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

Дадим характеристику каждого условия.

Рассмотрим такое организационно-педагогическое условие, как: повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий. Необходимо размещать информацию, связанную со здоровьем ребенка, профилактикой различных нарушений и др. на наглядных стендах, в папках-передвижках, на официальном сайте ДОО. Все это может позволить сделать родителей активными участниками образовательных отношений, а также сформировать у них ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей,

привить стойкую мотивацию к ведению совместного здорового образа жизни всей семьи. Данное условие предоставляет родителям предоставлять возможность быть в курсе реализуемых программ, специфики организации образовательного процесса, достижений и проблем в развитии ребенка, предоставляют право участвовать в разработке индивидуальных планов, проектов и т.д.

В данном случае администрация дошкольной образовательной организации выступает генератором идей, создаёт атмосферу взаимодействия семьи и ДОО, а также предоставляет методические знания и рекомендации, обеспечивает методическими разработками, которые отвечают требованиям педагогической науки [13,с.15].

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры родителей. В дошкольном возрасте в ближайшем окружении, в семье, закладываются основы личности, формируется модель семьи, взрослой жизни. Поэтому, сознательное отношение к собственному здоровью следует формировать в первую очередь у родителей [51].

Вместе с тем, родители мало знают и используют для укрепления здоровья современные методы здоровьесберегающих технологий и, если и занимаются физическими упражнениями, то чаще всего, это происходит не систематически и без рекомендаций специалистов [51]. Кроме того, родители, пытаясь вести здоровый образ жизни, и, стараясь приобщить к этому своих детей, мало знакомы с особенностями детского организма, не понимают того, что упражнения, предназначенные для выполнения взрослым человеком, не всегда полезны ребенку.

Таким образом, педагогический и медицинский персонал ДОО должны взять на себя просветительную функцию по отношению к родителям, чтобы восполнить недостающие знания родителей в данной области и совместно достигнуть требуемых результатов.

В Концепции дошкольного воспитания подчёркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов»[43].

Взаимодействие педагогов ДОУ с родителями реализуется посредством разных форм. Выделяются традиционные и нетрадиционные формы (таблица 2).

Таблица 2

### Формы взаимодействия с семьёй

Традиционные	Нетрадиционные
<p><b>Информационно-наглядные:</b> материалы на стендах; папки-передвижки; рекомендации; выставки детских работ; фотовыставки.</p> <p><b>Индивидуальные:</b> беседа; консультация; посещение семьи.</p> <p><b>Коллективные:</b> тематические собрания; конференции; «круглые столы»; тематические консультации.</p>	<p><b>Аналитико - диагностические:</b> анкетирование; социологические опросы; «телефон доверия»; «почтовый ящик».</p> <p><b>Информационно - просветительские:</b> информационные памятки, проспекты; дни открытых дверей; открытые просмотры занимательной деятельности и режимных моментов; выпуск стендовой газеты.</p> <p><b>Организационно - просветительские:</b> семинар-практикум; родительский клуб; педагогическая гостиная; устный педагогический журнал; родительски-педагогические собрания</p> <p><b>Совместно - досуговые:</b> совместные досуги, праздники; выставки творческих работ детей и родителей; экскурсии; конкурсы; соревнования; лыжные гонки; Всероссийский день бега «Кросс наций».</p>

Нужно констатировать, что ни одна, даже самая эффективная здоровьесберегающая технология не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй, без вовлечения родителей в образовательную деятельность.

Так же рассмотрим второе условие: организация педагогических мероприятий, направленных на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых лежит совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей. Для данного условия, можно использовать различные формы работы, такие как:

- открытые занятия с детьми для родителей;
- круглые столы, консультации, педагогические беседы с родителями;
- общие и групповые родительские собрания;
- выставки совместных творческих работ детей и родителей;
- участие родителей в подготовке и проведении спортивных праздников, физкультурных досугов;
- совместное моделирование развивающей предметно-пространственной среды.

Необходимо обратить внимание на трудности и проблемы при использовании данного опыта.

Организация взаимодействия с семьёй – работа трудная, не имеющая готовых технологий и рецептов. Сегодня все специалисты признают важность привлечения родителей к участию в работе детского сада, однако в реальных взаимоотношениях воспитателей и родителей существует определенная дисгармония.

Препятствовать развитию этих взаимоотношений могут как личные, так и профессиональные факторы: нехватка времени, ощущение несостоятельности, этнические стереотипы, чувство обиды — все это приводит к формированию личных и профессиональных предубеждений,

которые мешают семьям стать активными участниками в воспитании своих детей.

Далеко не все семьи в полной мере реализуют комплекс возможностей воспитательного воздействия на ребенка. Поэтому воспитатели должны проявить инициативу и понять, каким образом взаимодействовать с каждой отдельной семьей на благо ребенка.

Взаимодействие родителей и детского сада редко возникает сразу. Это длительный процесс, долгий и кропотливый труд, требующий терпеливого, неуклонного следования выбранной цели.

Таким образом, дошкольная организация и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровьесберегающей среды ребенка. Ни одна, даже самая лучшая здоровьесберегающая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в ДОО не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители – педагоги). Единство ДОО и семьи в вопросах сохранения здоровья детей достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо приняты не только воспитателем, но и родителями; когда семья знакома с основным содержанием. Работы по оздоровлению и сохранению здоровья, с созданием здоровьесберегающей среды. А педагоги используют лучший опыт семейного воспитания и умело привлекают родителей к посильному, но активному участию в модификации и совершенствованию здоровьесберегающей среды ДОО.

## Выводы по первой главе

Приоритетным направлением деятельности любого дошкольного образовательного учреждения является: создание условий для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка, обеспечение эмоционального благополучия детей, оказание педагогической поддержки для сохранения и развития индивидуальности каждого ребенка. Все это представляет собой здоровьесберегающую среду детского сада или здоровьесберегающее пространство.

Таким образом, к факторам здоровьесберегающей образовательной среды, в соответствии с ФГОС дошкольного образования, можно отнести:

- компетентность педагогов в реализации здоровьесберегающих технологий;
- организации предметно-развивающей среды;
- комплексное использование здоровьесберегающих технологий в ДОО;
- предметно-пространственное окружение, соответствующее требованиям ФГОС дошкольного образования, возрастным задачам развития и санитарно-эпидемиологическим нормам;
- психологически-благоприятный, сообразный возрасту климат общения и организации образовательной деятельности в ДОО;
- налаженное партнерское взаимодействие ДОО и семьи.

Проведенный анализ исследований показывает, что в формировании здоровьесберегающей среды одним из ведущих факторов является взаимодействие педагогов и родителей.

К основным организационно-педагогическим условиям активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды, мы относим:

1) повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий;

2) организация педагогических мероприятий, направленных на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых лежит совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

## **Глава 2. Апробация организационно – педагогических условий активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации**

### **2.1. Изучение работы дошкольной образовательной организации по созданию здоровьесберегающей среды**

В первой главе нами были рассмотрены теоретические аспекты проблемы формирования здоровьесберегающей среды в ДОО, уточнено понимание ключевых понятий работы, выделены психолого-педагогические условия по данной проблеме. Для практического подтверждения теоретических положений необходима их проверка в условиях эмпирического исследования.

Целью эмпирического исследования является апробация организационно-педагогических условий активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО.

Задачи опытно-поисковой работы:

1. Изучить состояние работы по созданию здоровьесберегающей среды в ДОО и компетентность родителей в вопросах формирования ЗОЖ;
2. Разработать и реализовать комплекс мероприятий, направленных на повышение компетентности родителей и вовлечение их в образовательных процесс;
3. Обобщить результаты эмпирического исследования.

Опытно - поисковая работа осуществлялась на базе МАДОУ "ДС №17 г. Челябинска". В эксперименте участвовали 2 педагога, дети старшей группы в количестве 28 человек, и их родители в количестве 28 человек.

Опытно-поисковая работа проводилась в 3 этапа: констатирующий, формирующий и обобщающий.

На констатирующем этапе мы изучили состояние работы по созданию здоровьесберегающей среды в ДОО и компетентность родителей в вопросах формирования ЗОЖ.

Для изучения и анализа состояния здоровьесберегающей среды дошкольном образовательном учреждении нами были выделены следующие критерии:

- Режим дня;
- Питание;
- Состояние и оборудование участков для прогулки детей;
- Предметно – развивающее пространство каждого помещения (групповые комнаты: спальни, музыкальный и физкультурный залы и пр.);
- Взаимодействие ДОО и семьи;
- Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности всего коллектива сотрудников ДОО.

На основании этих критериев, мы разработали оценочный лист, форма которого представлена в приложении 1.

По каждому критерию нами были определены показатели, которые отражают качественную характеристику критерия. Для оценивания каждого критерия мы предлагаем использовать балльную систему оценивания: 1-3-5 баллов, где:

5 баллов – все показатели выполнены

3 балла – недостаточно выражены или выполняются 1-2 показателя

1 балл - отсутствуют 1 и более показателей.

Максимальный балл: 30 баллов.

В таблице 3 представлены результаты экспертной оценки состояния здоровьесберегающей среды в старшей группе и в целом, в ДОО.

## Оценочный лист

Критерии	Показатели	Оценка (1-3-5)
Режим дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие оздоровительных мероприятий</li> <li>- выполнение гигиенические процедуры</li> <li>- последовательность режимных моментов</li> </ul>	5
Питание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие СанПин 2.4.1.3049-13</li> <li>- сбалансированность рациона питания</li> <li>- учет индивидуальных особенности детей</li> </ul>	5
Состояние и оборудование участков для прогулки детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасность</li> <li>- доступность</li> <li>- наличие оборудования для развития движений детей</li> </ul>	5
Предметно – развивающее пространство каждого помещения (групповые комнаты: спальни, музыкальный и физкультурный залы и пр.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- функциональность</li> <li>- доступность</li> <li>- безопасность</li> <li>- возможности для двигательной активности детей</li> </ul>	5
Взаимодействие ДОУ и семьи	<ul style="list-style-type: none"> <li>- информационные стенды</li> <li>- проведение родительских собраний, консультаций</li> <li>- информация для родителей на сайте</li> </ul>	1
Методическое сопровождение	<ul style="list-style-type: none"> <li>- тематические педагогические советы</li> </ul>	3

здоровьесберегающей деятельности коллектива ДОУ	всего сотрудников	- мастер-классы и др. формы методической работы по освоению здоровьесберегающих технологий - методические образовательной здоровьесберегающей деятельности	обеспечение
Общий балл: 24 баллов			

Таким образом, по результатам анализа оценочного листа, мы можем сделать вывод о том, что в данном Муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 17 г. Челябинска», состояние здоровьесберегающей среды находится на достаточном уровне. Но как в любом дошкольном образовательном учреждении, возникают некоторые трудности, например такие как: взаимодействии данного детского сада с семьей воспитанников и педагогического коллектива в целом, по вопросам здоровьесберегающей среды. Информационные стенды не обладают информацией для родителей воспитанников по вопросам здоровьесбережения, так же отсутствует информация и на сайте дошкольного учреждения по вопросам здоровьесберегающей среды данного дошкольного образовательного учреждения.

Для изучения компетентности родителей в вопросах формирования ЗОЖ мы разработали анкету для родителей. Анкета состоит из 15 вопросов.

#### Анкета для родителей

1. Согласны ли Вы, что занятия физической культурой благотворно влияют на укрепление здоровья?

- да, полностью согласен
- да, целиком согласен
- нет, не согласен

2. Как часто болеет Ваш ребенок?

- да, часто
- нет, не часто
- очень редко

3. Занимаетесь ли Вы сами физической культурой?

- утренняя зарядка
- бег
- лыжи
- футбол
- свой вариант ответа

4. Чему, по Вашим наблюдениям, отдает предпочтения Ваш ребенок?

- игры с мячом
- игры со скакалкой
- игры с обручем
- свой вариант ответа

5. Какой спортивный материал Вы имеет дома?

- мячи
- обруч
- скакалка
- кегли
- свой вариант ответа

6. Как Вы считаете, какие факторы включают понятие «здоровый образ жизни»? (Выделите явления наиболее важными для развития Вашего ребенка)

- полноценное питание
- режим дня
- процедуры закаливания
- регулярное проведение медицинского обследования

- занятия спортом, выполнение физических упражнений
- безопасная окружающая среда
- нахождение без конфликтной обстановке
- доброжелательные отношения в семье
- свой вариант ответа

7. Интересуетесь ли Вы литературой о здоровом образе жизни?

- да, интересуюсь
- нет, мне это не интересно

8. Часто ли используете полученные знания о способах сохранения здоровья в семье?

- да, использую часто
- иногда используем
- нет, не используем вообще

9. Оказываете ли влияние на ребенка именно Вы (семья) для формирования правильных привычек, способствующих сохранению здоровья?

- да, оказываю
- нет, не оказываю

10. Считаете ли Вы, что в Вашей семье придерживаются правил ведения здорового образа жизни?

– да, я считаю, что наша семья придерживается правил ведения здорового образа жизни

- нет, не придерживается

11. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?

- да, есть
- нет, не имеется

12. Как организовано питание в Вашей семье?

- сбалансированное
- отдается предпочтение отдельным видам продуктов

- соблюдается диета
- свой вариант

13. Как в Вашей семье происходит приобщение ребенка к занятиям физической культурой?

- делает по утрам зарядку
- ребенок посещает спортивную секцию
- в комнате оборудован спортивный уголок
- свой вариант

14. Какая основная причина заболеваний ребенка?

- слабый иммунитет
- недостаточное физическое развитие
- наследственность
- свой вариант

15. Какие вопросы физического воспитания дошкольников Вы хотели бы рассмотреть на родительском собрании?

- по закаливанию
- психическое развитие ребенка
- сохранение зрения
- физическая готовность ребенка к школе
- свой вариант ответа.

В анкетировании приняли участие 28 родителей воспитанников старшей группы. Результаты анкетирования родителей представлены в таблице 4.

Таблица 4

#### Результаты анкетирования для родителей

Вопросы	Ответы родителей в % соотношении
1) Согласны ли Вы, что занятия физической культурой благотворно влияют на укрепление здоровья?	- 100% родителей ответили, что полностью согласны с этим утверждением;

	- Вариант ответа не согласен: не выявлено.
2) Как часто болеет Ваш ребенок?	- 45% родителей указали, что ребенок болеет очень редко; - 52% родителей – нет, не часто; - 3% родителей отметили, что ребенок болеет часто.
3) Занимаетесь ли Вы сами физической культурой?	- 35% родителей отметили, что каждое утро делают зарядку; - 15% - бегают; - 12% - ходят на лыжах вместе со всей семьей; - 38% посещают бассейн и ходят в фитнес- центры.
4) Чему, по Вашим наблюдениям, отдает предпочтения Ваш ребенок?	- 42% скакалке; - 37% обруч; - 35% мячу; - 5% другое.
5) Какой спортивный материал Вы имеет дома?	- 35% родителей ответили, что есть мячи, скакалки; - 25% есть коньки и ролики; - 45% родителей ответили, что дома есть все вышеперечисленные материалы и спортивный инвентарь.
6) Как Вы считаете, какие факторы включают понятие «здоровы образ жизни»? (Выделите явления наиболее важные для развития Вашего ребенка)	Факторы: - полноценное питание – 35% - режим дня – 35% - процедуры закаливания – 25% - занятия спортом и физической культурой – 50% - безопасная окружающая среда – 12% - регулярное проведение медицинских обследований – 15% - доброжелательные отношения в семье

	– 25%
7) Интересуетесь ли Вы литературой о здоровом образе жизни?	Все родители ответили 100% - да
8) Часто ли используете полученные знания о способах сохранения здоровья в семье?	Мнения родителей распределились однозначно 100% – все родители используют имеющиеся у них знания о здоровом образе жизни в своей повседневной жизни.
9) Оказываете ли влияние на ребенка именно Вы (семья) для формирования правильных привычек, способствующих сохранению здоровья?	Все родители, которые участвовали в анкетировании 100%, ответили – они оказывают
10) Считаете ли Вы, что в Вашей семье придерживаются правил ведения здорового образа жизни?	Здесь тоже все родители ответили однозначно 100% - да
11) Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?	- 22% родителей ответили, что имеют, но они задумываются над этим вопросом - 78% родителей ответили, что они и другие члены семьи не имеют вредных привычек;
12) Как организовано питание в Вашей семье?	- 75% сбалансированное - 0% отдается предпочтение отдельным видам продуктов - 25% соблюдается диета
13) Как в Вашей семье происходит приобщение ребенка к занятиям физической культурой?	- 55% занимаются в секциях; - 35% делают зарядку по утрам; - 10% имеют спортивный уголок дома;
14) Какая основная причина заболеваний ребенка?	- 75% слабый иммунитет; - 20% родители выделили наследственность; - 5% - отметили недостаточное физическое развитие ребенка.

Вопросы	Ответы родителей в % соотношении
15) Какие вопросы физического воспитания дошкольников Вы хотели бы рассмотреть на родительском собрании?	- 45% закаливание детей; - 10% психическое развитие детей; - 8% сохранение зрения; - 25% физическая готовность к школе.

Таким образом, анализ результатов анкетирования показывает заинтересованность родителей в укреплении и развития здоровья своих детей. Все родители, принявшие участие в анкетировании, говорят о том, что они интересуются литературой о здоровом образе жизни и сами придерживаются ЗОЖ.

Проанализировав состояние работы по созданию здоровьесберегающей среды в МАДОУ «Детский сад №17 г. Челябинска» и компетентность родителей в вопросах формирования ЗОЖ на констатирующем этапе, мы делаем вывод о том, что взаимодействие детского сада и родителей по организации здоровьесберегающей среды не полной мере сформировано:

- отсутствует информация для родителей по вопросам здоровьесбережения;
- спортивные мероприятия совместно с родителями не проводятся систематически.

Вместе с тем, родители проявляют интерес к вопросам ЗОЖ, самостоятельно изучают литературу по данному направлению.

На основании вышесказанного, мы посчитали целесообразным разработать комплекс мероприятий по вовлечению родителей в создание здоровьесберегающей среды в МАДОУ «Детский сад №17 г. Челябинска».

## 2.2. Реализация комплекса мероприятий по вовлечению родителей в создание здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации

Рассмотрев теоретические положения проблемы здоровьесберегающей среды в ДОО, определив ее состояние в дошкольной образовательной организации и компетентность родителей в вопросах здорового образа жизни, на формирующем этапе мы разработали план работы по активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды. Содержание работы с родителями строится с учетом следующих положений гипотезы:

1) повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий;

2) организация педагогических мероприятий, направленных на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

План взаимодействия ДОО с семьей на учебный год представлен в таблице 5.

Таблица 5

План взаимодействия ДОО с семьей

Время проведения	Форма	Содержание	Цель	Ответственные
Сентябрь	Индивидуальная	Беседа «Путешествие в страну Здоровья!»	Выделить компоненты здоровья человека и установить их взаимосвязь. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни	Мед, работник; воспитатель; физ, инструктор

	Коллектив ная	Игра – эксперимент «Мои помощники – мышцы и скелет»	Познакомить детей и родителей с функцией мышц и скелета. Научить правильному порядку выполнения обще развивающих упражнений. Учить ощущать и чувствовать процесс движения любой частью тела.	
Октябрь	Совместно-досуговая	Мероприятие «Мы здоровью скажем да!»	Закрепить знания родителей, о понятии «здоровье» и «здорового образа жизни». Развивать желание у родителей активно участвовать в жизни группы и детского сада.	Воспитатель; мед, работник; родители
Ноябрь	Индивидуальная	Консультация для родителей «Знакомство родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, используемыми в детском саду»	Дать представление, о понятии здоровьесберегающих технологиях, какие они бывают и для чего они нужны в ДОО	воспитатель
Декабрь	Совместно-досуговая	Совместное мероприятие с родителями «Смешной вагончик» с использованием	Закрепить знания о понятии «здоровьесберегающие технологии». Формирование их педагогической	Воспитатель; физ, инструктор;

		здоровьесберегающих технологий	компетентности и вовлечение воспитательно-образовательную деятельность детского сада.	
Январь	Информационно-наглядная	Папка-передвижка «Здоровый образ жизни семьи»	Дать представление о правильном режиме дня, о рациональном питании, полезных привычках, закаливании	Воспитатель; мед, работник; физ, инструктор
Февраль	Организационно-просветительская	Семинар - практикум для родителей «Азбука правильного питания с детства»	Закрепить знания у родителей о значимости правильного питания детей как составной части культуры здоровья.	Воспитатель
Март	Информационно-наглядная	Стенд для родителей «Дорога к доброму здоровью»	Предоставить родителям правильное представление о здоровье как одной из главных ценностей жизни. Определить и закрепить знания о значении витаминов, о соблюдении навыков гигиены.	Воспитатель; мед, работник
Апрель	Совместно-досуговая	Спортивное мероприятие «Мама, Папа и я спортивная семья»	Способствовать приобщению детей и родителей к здоровому образу жизни; взаимодействие ДОО, родителей и детей	Физ, инструктор; воспитатель;

Май	Организац ионно- просветите льская	Родительское собрание «Береги здоровье смолоду»	Систематизировать знания родителей о правильном питании, о профилактике и лечении заболеваний, о чистоте.	Воспитатель
	Совместно- досуговая	Мероприятие «Путешествие в страну Здоровья»	Воспитывать привычку к здоровому образу жизни; закрепить знания о правильном питании	

Таким образом, на формирующем этапе использовались такие формы работы, как:

- совместно-досуговые мероприятия: спортивные мероприятия, совместные мероприятия;
- организационно - просветительская: родительские собрания, семинар-практикум;
- информационно - наглядная: стенд, папка-передвижка;
- коллективная: игра-эксперимент;
- индивидуальная: консультация, беседа.

Например, для осуществления повышения компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий, мы провели консультацию для родителей «Знакомство родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, используемыми в детском саду». Цель данного мероприятия: дать представление о понятии «здоровьесберегающие технологии», виды и особенности применения в ДОО. Таким образом, на данной консультации родители смогли приобрести полученные знания и в дальнейшем закрепить их на досуговом мероприятии совместно с ДОО. Так же для закрепления знаний,

приобретенных ими совместно с ДОО, мы провели мероприятие «Путешествие в страну Здоровья». Цель данного мероприятия: закрепить знания о здоровом образе жизни и правильном питании.

Для полноценного информирования и наглядности, нами был представлен для родителей стенд «Дорога к доброму здоровью». В содержании материалов, представленных на стенде, отражена информация о правильном режиме дня, рациональном питании и формировании полезных привычек. Всю эту информацию родители могли использовать и применять в условиях семьи.

Таким образом, с родителями использовались коллективные и индивидуальные формы работы, по повышению их компетентности в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий. Организовывались педагогические мероприятия, направленные на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых - совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

### **2.3. Обобщение результатов исследования**

На обобщающем этапе опытно-поисковой работы мы проанализировали результаты проведенного эмпирического исследования.

На завершающем этапе работы нами был проведен повторный анализ состояния здоровьесберегающей среды ДОО на основе оценочного листа, разработанного нами на констатирующем этапе эмпирического исследования.

Представим результаты нашего сравнительного анализа на констатирующем и обобщающем этапах в таблице (таблица 6).

Таблица 6

Сравнительный оценочный лист на констатирующем и обобщающем  
этапах

Критерии	Показатели	Оценка на констатирующем этапе (1-3-5)	Оценка на завершающем этапе (1-3-5)
Режим дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие оздоровительных мероприятий</li> <li>- выполнение гигиенические процедуры</li> <li>- последовательность режимных моментов</li> </ul>	5	5
Питание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие СанПин 2.4.1.3049-13</li> <li>- сбалансированность рациона питания</li> <li>- учет индивидуальных особенности детей</li> </ul>	5	5
Состояние и оборудование участков для прогулки детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасность</li> <li>- доступность</li> <li>- наличие оборудования для развития движений детей</li> </ul>	5	5
Предметно – развивающее пространство каждого помещения (групповые комнаты: спальни,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- функциональность</li> <li>- доступность</li> <li>- безопасность</li> <li>- возможности для двигательной активности детей</li> </ul>	5	5

музыкальный и физкультурный залы и пр.)			
Взаимодействие ДОО и семьи	- информационные стенды - проведение родительских собраний, консультаций - информация для родителей на сайте	1	4
Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности всего коллектива сотрудников ДОО	- тематические педагогические советы - мастер-классы и др. формы методической работы по освоению здоровьесберегающих технологий - методическое обеспечение образовательной здоровьесберегающей деятельности	3	5
Общий балл: 29 баллов			

Таким образом, из таблицы 7 мы видим, что оценка по критериям «5» и «6» выросла до 4 и 5 баллов соответственно.

Анализируя результаты состояния здоровьесберегающей среды в ДОО, можно отметить, что показатели взаимодействие ДОО и семьи и методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности всего коллектива сотрудников ДОО, на итоговом этапе наблюдается высокий балл. По нашему мнению проведенная нами работа, оказала положительное влияние на формирование состояния здоровьесберегающей среды в ДОО.

Так же на обобщающем этапе нами было проведено повторное анкетирование родителей по вопросам компетентности в вопросах ЗОЖ. Результаты представлены в таблице 8.

Таблица 8

Сравнение результатов анкетирования для родителей на констатирующем и обобщающем этапе эмпирического исследования

Вопросы	Ответы родителей в % соотношении на констатирующем этапе	Ответы родителей в % соотношении на обобщающем этапе	Примечания
1) Согласны ли Вы, что занятия физической культурой благотворно влияют на укрепление здоровья?	100%	100 %	родителей полностью согласны с этим утверждением
2) Как часто болеет Ваш ребенок?	45% 52% 3%	50% 50% 1 %	1) да, часто 2) нет, не часто 3) очень редко
3) Занимаетесь ли Вы сами физической культурой?	35% 15% 12% 38%	40% 17 % 12% 31%	1) утренняя зарядка 2) бег 3) лыжи 4) футбол 5) посещение бассейна и фитнеса
4)Чему, по	42% 37%	42% 37%	1) игры с мячом 2) игры со скакалкой

Вашим наблюдениям, отдает предпочтения Ваш ребенок?	35% 5%	35% 5%	3) игры с обручем 4) другое
5) Какой спортивный материал Вы имеет дома?	35% 25% 45%	25% 25% 55%	1) мячи 2) обруч 3) скакалка 4) кегли
6) Как Вы считаете, какие факторы включают понятие «здоровы образ жизни»? (Выделите явления наиболее важные для развития Вашего ребенка)	35% 35% 25% 50% 12% 15% 25%	37% 50% 25% 15% 12% 15% 25%	1) полноценное питание 2) режим дня 3) процедуры закаливания 4) регулярное проведение медицинского обследования 5) занятия спортом, выполнение физических упражнений 6) безопасная окружающая среда 7) доброжелательные отношения в семье
7) Интересуетесь ли Вы литературой о здоровом образе жизни?	100%	100%	Родители ответили однозначно
8) Часто ли используете полученные	100%	100%	Ответ родителей однозначен

знания о способах сохранения здоровья в семье?			
9) Оказываете ли влияние на ребенка именно Вы (семья) для формирования правильных привычек, способствующих сохранению здоровья?	100%	100%	Ответ однозначен
10) Считаете ли Вы, что в Вашей семье придерживаются правил ведения здорового образа жизни?	100%	100%	
11) Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?	22% 78%	20% 80%	1) да, есть 2) нет, не имеется
12) Как организовано питание в Вашей семье?	75% 0% 25%	70% 5% 25%	1) сбалансированное 2) отдается предпочтение отдельным видам продуктов 3) соблюдается диета
13) Как в Вашей	55%	55%	1) делает по утрам

семье происходит приобщение ребенка к занятиям физической культурой?	35% 10%	35% 10%	зарядку 2) ребенок посещает спортивную секцию 3) в комнате оборудован спортивный уголок 4) другое
14) Какая основная причина заболеваний ребенка?	75% 20% 5%	50 % 15 % 35 %	1) слабый иммунитет 2) недостаточное физическое развитие 3) наследственность
15) Какие вопросы физического воспитания дошкольников Вы хотели бы рассмотреть на родительском собрании?	45% 10% 8% 25%	50% 10% 10% 30%	1) по закаливанию 2) психическое развитие ребенка 3) сохранение зрения 4) физическая готовность ребенка к школе

Таким образом, мы можем наблюдать в таблице 8 в вопросе №3, на констатирующем этапе 35% родителей отметили, что каждое утро делают зарядку; 15% - бегают; 12% - ходят на лыжах вместе со всей семьей; 38% родителей ответили, что посещают бассейн и ходят в фитнес - центры. На повторном анкетировании родители ответили: 40% делают зарядку; 17 % бегают; 12% ходят на лыжах; 31% посещение бассейна и фитнес-зала.

Анализируя результаты анкетирования родителей, на обобщающем этапе, можно отметить, что проведенные мероприятия способствовали повышению компетентности родителей в вопросах укрепления и здоровья детей и в вопросах здорового образа жизни. По нашему мнению,

проведенная нами работа оказала положительное влияние на формирование здоровьесберегающей среды в ДОО.

### **Выводы по второй главе**

В практической части нашего исследования на констатирующем этапе мы провели анализ состояния здоровьесберегающей среды в ДОО с использованием оценочного листа и анкетирование для изучения компетентности родителей в вопросах формирования ЗОЖ помощью анкеты.

На формирующем этапе нашей работы мы разработали и представили воспитателям план работы с родителями по активизации участия родителей в создании здоровьесберегающей среды в ДОО.

На обобщающем этапе нашего исследования мы повторно провели анализ состояния здоровьесберегающей среды с помощью оценочного листа и анкетирование родителей для изучения компетентности родителей в вопросах формирования ЗОЖ для родителей и увидели положительную динамику.

Таким образом, анализируя результаты состояние здоровьесберегающей среды и компетентность родителей в вопросах формирования ЗОЖ, можно отметить, что, по мнению родителей, они стали наиболее осведомлены в вопросах ЗОЖ. По нашему мнению, проведенная нами работа оказала положительное влияние на формирование компетентности родителей в вопросах ЗОЖ и на состояние здоровьесберегающей среды в ДОО в целом.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО является одной из важных проблем в теории воспитания и обучения. Здоровье рассматривается нами как один из основных компонентов развития активной личности ребенка.

Целью нашей квалификационной работы было выявить, обосновать и апробировать организационно-педагогические условия активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО.

Проанализировав психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО, мы пришли к выводу, что существуют различные определения понятия «здоровьесберегающая среда в ДОО». В нашей квалификационной работе мы использовали следующее определение: здоровьесберегающая среда в ДОО – комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную, морально-нравственную и бытовую среду в семье и детском саду.

Осуществив анализ различных подходов к описанию и формированию здоровьесберегающей среды в ДОО, мы выявили организационно- педагогические условия активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды, к которым относим:

- 1) повышение компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, использования здоровьесберегающих технологий;
- 2) организация педагогических мероприятий, направленных на приобщение к основам здорового образа жизни, в основе которых лежит совместная деятельность педагогов, воспитанников и их родителей.

В ходе эмпирического исследования для изучения состояния здоровьесберегающей среды в ДОО нами был разработан оценочный лист, и анкета для изучения компетентности родителей в вопросах здорового образа жизни.

На основе анализа полученных данных нами был разработан и частично реализован план работы педагогов с родителями, направленный на повышение компетентности родителей и активизации их участия в формировании здоровьесберегающей среды в ДОО. Результаты обобщающего этапа показали, что реализация данного плана способствует повышению уровня компетентности родителей в вопросах использования здоровьесберегающей технологии и степень их активного участия в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации.

Таким образом, результаты проведённого исследования позволили подтвердить основную гипотезу исследования. Это даёт нам основание утверждать, что теоретические положения и разработанный методический материал обеспечивают необходимые условия для решения проблемы активизации участия родителей в формировании здоровьесберегающей среды в дошкольной образовательной организации.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Алямовская, В. Г. Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении: инновационный аспект. - Москва: Педагогический университет «Первое сентября» 2010. - 92 с.
2. Афонькина, Ю.А. Мониторинг профессиональной деятельности Педагога ДОУ: диагностический журнал. Волгоград: Учитель, 2016.- 71 с.
3. Безруких, М.М. Здоровьесберегающие и оздоравливающие технологии в ДОУ// Детский сад от А до Я.-2004.- №3. - С. 8-9.
4. Болотина, Л. Р. Дошкольная педагогика: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Л. Р. Болотина, С. П. Баранов, Т. С. Комарова. – Москва: Академический Проект - 2005. - С. 240.
5. Ввозная, В. И., Коновалова И. Т. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ. - Москва: Сфера, 2006. - 28 с.
6. Воспитание дошкольника в семье: вопросы теории и методики / под ред. Т.А. Марковой. М.: Педагогика, - 2005.- № 11. - С. 3-10.
7. В детский сад - за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих дошкольное образование / В. А. Шишкина. - Мн. 2006. - 3-18 с., 24 – 165 с.
8. Венгер, Л. А. Психология: учебник для вузов / Л.А. Венгер, В.С. Мухина. – Москва: Академия, 2007. - 446 с.
9. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. — М.: ТЦ Сфера, 2008. – 3 с.
10. Гордеева, В. А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ // Управление ДОУ. - 2006. - №8. - С. 32- 41
11. Деркунская, В. А. Диагностика культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская.– Москва: Педагогическое общество России, 2005.- 96 с.
12. Дыбина, О.В. Индивидуальная управленческая концепция руководителя дошкольной образовательной организации // Вектор

- науки Тольяттинского государственного университета. 2015.- № 2. - С. 15-19
13. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века / сост. Ю. Е. Антонов, М. Н. Кузнецова. - Москва: Гардарики, 2008.- 164 с.
  14. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми / Юрий Змановский.- Москва: Медицина, 1989. – 128 с.
  15. Ипполитова, Н.В. Анализ понятия «педагогические условия»: сущность, классификация / Н.В. Ипполитова, Н. Стерхова // General and Professional Education.- 2012. – №1. - С. 8-14.
  16. Кареева, Т. Г. Программа формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников «Наша традиция – быть здоровыми!». - Психолог в детском саду. -2006. -№3. - С. 52-80.
  17. Картушина, М. Ю. Зеленый огонек здоровья // Управление ДОУ. - 2004. - №3.- С. 8-15.
  18. Лукина, Л. И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью // Управление ДОУ. - 2006. - №7.- С. 98-102.
  19. Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: Учеб. пособие / А.М. Митяева. М.: Изд. центр «Академия», 2008. С.13
  20. Нарский, Г. И. // Физическая реабилитация и укрепление здоровья дошкольников: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Г. И. Нарский, М. В. Коняхин, О. А. Ковалева и др.; Под редакцией Г. И. Нарской. - Мн.: Полымя, 2002. - 176 с.
  21. Пастухова, И. О. Структурная модель оздоровительной работы в ДОУ // Управление ДОУ.- 2004. - №4. - С. 25-43.
  22. Пелихова, А.В. Здоровьесбережение в дошкольном образовании: практико-ориентированные аспекты // Народное образование. Педагогика. СИСП. 2015.- №9.- С. 652-657.
  23. Письмо Минорбнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28.02.2014 № 08-249 // Вестник образования.- 2014.- № 7- С. 78-92

24. Полунина, Н.В. Состояние здоровья детей в современной России и пути его улучшения / Н.В. Полунина//Вестник Росздравнадзора.-2013.- № 5.-С. 17.
25. Пономарева Л.И., Барабаш О.В. Управление здоровьесберегающим процессом как условие повышения качества образования ДОО // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2016.- №1-. С. 19-23.
26. Слепушенко, И. О. Здоровье - актуальный приоритет //Сестринское дело.-2006.-№ 6.- С. 4-5.
27. Смирнов, Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования.– М.:АРКТИ, 2008.- 288 с.
28. Стожарова, М. Ю. Формирование психологического здоровья дошкольников / М. Ю. Стожарова. Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. - 208 с.
29. Суравегина, И. Т. Здоровье человека как экологическая проблема: образовательный аспект // Экология и жизнь. - 2006. - №1. - С.34-38.
30. Третьякова Н. В. Качество здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций: теория и технология обеспечения / Н. В. Третьякова, В.А.Федоров. – Екатеринбург// Муниципальное образование: инновации и эксперимент №1, 2014. С.34.
31. Федоровская, О. М. Физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа в ДОУ // Дошкольное воспитание - 2004. - № 1, - С. 33-36.
32. Филатов, Ф. Р. Основы психологии: учеб. пособие / Ф.Р. Филатов. – М.: Дашков и К.; Ростов-на-Дону: Наука-Пресс, 2006. – 656 с.
33. Фомина, А. И. Физкультурные занятия, игры и упражнения в детском саду / А. И. Фомина. – Москва: Гардарики, 2007. – 183 с.

34. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология): учебник для студ. вузов / И. В. Шаповаленко. – Москва: Гардарики, 2007. – 349 с.
35. Шишкина В.А. В детский сад – за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих получение дошкольного образования. – Мн.: Зорны верасень, 2006. -184 с.
36. Шебеко, В. Н. Формирование личности дошкольника средствами физической культуры / В.Н. Шебеко // Дошкольное воспитание. - 2009. - № 3. - 128 с.

### **Интернет-ресурсы**

37. Абдуллина Н.В. Формирование здоровьесберегающей среды в ДОУ // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. XXVI междунар. науч. - практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2013. Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-zdorovesberegayuschaya-sreda-sovremennogo-doshkolnogo-obrazovatel'nogo-uchrezhdeniya-760577.html>
38. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья [Электронный ресурс] // Москва, Донецк: АСТ, Сталкер, 2004 – с.374. Режим доступа: <https://docviewer.yandex.ru/>
39. Белокопытова И. Е. Детство как объект здоровьесберегающих технологий [Электронный ресурс] Опубликовано 24.10.2016: Режим доступа: <http://2016.vospitately.ru>
40. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года (утв.Указом Президента РФ от 9 октября 2007 г.№ 1351) [Электронный ресурс] // "Парламентская газета" от 16 октября 2007 г. № 134. Режим доступа: <http://ivo.garant.ru/>
41. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990) [Электронный ресурс] // "Сборник международных договоров СССР", выпуск XLVI, 1993. Режим доступа: <http://www.consultant.ru>

42. Кузнецова Лариса Тимирьяновна. Развитие здоровьесберегающей компетентности у детей старшего дошкольного возраста : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.07 / Кузнецова Лариса Тимирьяновна; [Место защиты: Ур. гос. пед. ун-т].- Екатеринбург, 2007.- 185 с.: ил. РГБ ОД, 61 07-13/2928. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/>
43. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26). Режим доступа <http://docs.cntd.ru/document/499023522> .
44. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)"(принят в г. Нью-Йорке 22.07.1946)// Документ опубликован не был. Режим доступа: <http://base.garant.ru>
45. Фарафонтова О.Г. Здоровьесберегающая среда современного дошкольного образовательного учреждения // Журнал Педагог. Режим доступа <https://zhurnalpedagog.ru/servisy/publik/publ?id=9169>
46. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ. Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года. Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)
47. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Утвержден Приказом Минобрнауки России от 17.10. 2013 г. №1155 (зарегистрирован Минюстом России 14.11.2013 г. № 30384) Режим доступа: <https://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html> .
48. Цверганишвили Г.К. Образ жизни и здоровье человека [Электронный ресурс]// RELGA – научно-культурологический журнал. №1 [257],2013. Режим доступа: <http://www.relga.ru>

49. Якущенко Т.П. Условия эффективного взаимодействия ДООУ и семьи в вопросах здоровьесбережения и физического развития дошкольников. [Электронный ресурс]// Консультация для воспитателей: Опубликовано 31.01.2015. Режим доступа: <https://nsportal.ru>

## Приложения

### Приложения 1

#### Оценочный лист

Критерии	Показатели	Оценка (1-3-5)
Режим дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие оздоровительных мероприятий</li> <li>- выполнение гигиенические процедуры</li> <li>- последовательность режимных моментов</li> </ul>	
Питание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие СанПин 2.4.1.3049-13</li> <li>- сбалансированность рациона питания</li> <li>- учет индивидуальных особенности детей</li> </ul>	
Состояние и оборудование участков для прогулки детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасность</li> <li>- доступность</li> <li>- наличие оборудования для развития движений детей</li> </ul>	
Предметно – развивающее пространство каждого помещения (групповые комнаты: спальни, музыкальный и физкультурный залы и пр.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- функциональность</li> <li>- доступность</li> <li>- безопасность</li> <li>- возможности для двигательной активности детей</li> </ul>	
Взаимодействие ДОУ и семьи	<ul style="list-style-type: none"> <li>- информационные стенды</li> <li>- проведение родительских собраний, консультаций</li> <li>- информация для родителей на</li> </ul>	

	сайте	
Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности всего коллектива сотрудников ДОУ	- тематические педагогические советы - мастер-классы и др. формы методической работы по освоению здоровьесберегающих технологий - методические обеспечение образовательной здоровьесберегающей деятельности	
Общий балл:		

## Анкета для родителей

1. Согласны ли Вы, что занятия физической культурой благотворно влияют на укрепление здоровья?
  - да, полностью согласен
  - да, целиком согласен
  - нет, не согласен
2. Как часто болеет Ваш ребенок?
  - да, часто
  - нет, не часто
  - очень редко
3. Занимаетесь ли Вы сами физической культурой?
  - утренняя зарядка
  - бег
  - лыжи
  - футбол
  - свой вариант ответа
4. Чему, по Вашим наблюдениям, отдает предпочтение Ваш ребенок?
  - игры с мячом
  - игры со скакалкой
  - игры с обручем
  - свой вариант ответа
5. Какой спортивный материал Вы имеет дома?
  - мячи
  - обруч
  - скакалка
  - кегли
  - свой вариант ответа

6. Как Вы считаете, какие факторы включают понятие «здоровый образ жизни»? (Выделите явления наиболее важными для развития Вашего ребенка)

- полноценное питание
- режим дня
- процедуры закаливания
- регулярное проведение медицинского обследования
- занятия спортом, выполнение физических упражнений
- безопасная окружающая среда
- нахождение без конфликтной обстановке
- доброжелательные отношения в семье
- свой вариант ответа

7. Интересуетесь ли Вы литературой о здоровом образе жизни?

- да, интересуюсь
- нет, мне это не интересно

8. Часто ли используете полученные знания о способах сохранения здоровья в семье?

- да, использую часто
- иногда используем
- нет, не используем вообще

9. Оказываете ли влияние на ребенка именно Вы (семья) для формирования правильных привычек, способствующих сохранению здоровья?

- да, оказываю
- нет, не оказываю

10. Считаете ли Вы, что в Вашей семье придерживаются правил ведения здорового образа жизни?

- да, я считаю, что наша семья придерживается правил ведения здорового образа жизни
- нет, не придерживается

11. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?
- да, есть
  - нет, не имеется
12. Как организовано питание в Вашей семье?
- сбалансированное
  - отдается предпочтение отдельным видам продуктов
  - соблюдается диета
  - свой вариант
13. Как в Вашей семье происходит приобщение ребенка к занятиям физической культурой?
- делает по утрам зарядку
  - ребенок посещает спортивную секцию
  - в комнате оборудован спортивный уголок
  - свой вариант
14. Какая основная причина заболеваний ребенка?
- слабый иммунитет
  - недостаточное физическое развитие
  - наследственность
  - свой вариант
15. Какие вопросы физического воспитания дошкольников Вы хотели бы рассмотреть на родительском собрании?
- по закаливанию
  - психическое развитие ребенка
  - сохранение зрения
  - физическая готовность ребенка к школе
  - свой вариант ответа.

## Консультация для родителей

### «Знакомство родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, используемыми в детском саду»

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последнее десятилетие во всем мире наметилась тенденция ухудшения здоровья детей. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, накапливающиеся раздражения в обществе, связанные с неудовлетворительным экономическим положением, – лишь некоторые факторы, негативно воздействующие на здоровье дошкольника. Медицинская диагностика состояния здоровья детей показала высокий уровень распространенности хронических заболеваний, нарушения осанки и сколиоза, а также простудных респираторных заболеваний. Всё это вызывает потребность углубленно заниматься оздоровлением детей.

Педагоги нашего дошкольного образовательного учреждения всё чаще в своей работе применяют как традиционные, так и нетрадиционные здоровьесберегающие технологии. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании определяются как технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования, задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду, прежде всего детей, педагогов, родителей. *Основные цели и задачи, которые ставим перед собой:*

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья;
- сформировать у ребенка необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни;
- научить детей использовать полученные знания в повседневной жизни.

*Принципы здоровьесберегающих технологий:*

- принцип «не навреди»;
- принцип сознательности и активности;
- непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- всестороннего и гармоничного развития;
- системного чередования нагрузок и отдыха;
- постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
- возрастной активности здоровьесберегающего процесса.

*Существуют десять золотых правил здоровьесбережения, которые все должны знать.*

1. Соблюдать режим дня.
2. Обращайте больше внимания на питание.
3. Больше двигайтесь.
4. Спите в прохладной комнате.
5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу.
6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью.
7. Гоните прочь уныние и хандру.
8. Адекватно реагируйте на проявление своего организма.
9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций.
10. Желайте себе и окружающим только добра.

#### *Используемые здоровьесберегающие технологии*

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы прогулка давала эффект, меняется последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий.

**Прогулка** – один из важнейших режимных моментов, во время, которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности. Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице.

**Подвижная игра** занимает особое место в развитии ребёнка-дошкольника. Она способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений, предоставляет возможность развивать познавательный интерес, формирует умение ориентироваться в окружающей действительности, что так важно для приобретения ребёнком жизненного опыта. Разнообразные игровые действия развивают ловкость, быстроту, координацию движений и благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей.

Безусловно, особое значение в воспитании здорового ребёнка в нашем дошкольном учреждении придаётся развитию движений и физической культуры на физкультурных занятиях. Именно поэтому используются разнообразные варианты проведения физкультурных занятий: занятия по традиционной схеме; занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности; занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является утренняя гимнастика. Ежедневное выполнение физических упражнений под руководством взрослого способствует проявлению определённых волевых усилий, вырабатывает у детей полезную привычку начинать день с утренней гимнастики. Утренняя гимнастика постепенно вовлекает весь организм ребёнка в деятельное состояние, укрепляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, вызывает потребность в кислороде, помогает развитию правильной осанки.

С целью предупреждения утомления на занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне, в детском саду проводятся физкультминутки.

Физкультминутки повышают общий тонус, моторику, способствуют тренировке подвижности нервных процессов, развивают внимание и память, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение. Длительность составляет 3-5 минут.

Наряду с различными оздоровительными мероприятиями в дошкольном учреждении проводится и гимнастика после дневного сна, которая помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Гимнастика проводится при открытых форточках 7-15 минут.

Ходьба по массажным дорожкам, массажным коврикам. Массажная дорожка состоит из пособий и предметов, способствующих массажу стопы. Дети занимаются босиком, это способствует формированию стопы и укреплению организма детей.

**Дыхательная гимнастика.** От правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Дыхательные упражнения увеличивают вентиляцию, лимфо – и кровообращение в легких, снижают спазм бронхов и бронхиол, улучшают их проходимость, способствуют выделению мокроты, тренируют умение произвольно управлять дыханием, формируют правильную биомеханику дыхания, осуществляют профилактику заболеваний и осложнений органов дыхания.

Методика применения дыхательных упражнений:

Вдох через нос, выдох через рот в сомкнутые трубочкой губы, сочетать дыхательные упражнения с общеразвивающими упражнениями, формировать дыхание смешанного типа.

**Точечный массаж** – элементарный приём самопомощи своему организму. Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие. Наряду с этим

точечный массаж является профилактикой простудных заболеваний. Точечный самомассаж проводится строго по специальной методике.

*Также используются такие формы здоровьесберегающих технологий, как:*

**Релаксация** – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.

**Гимнастика пальчиковая** – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

**Гимнастика для глаз** – ежедневно по 3-5 мин. В любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

**Сказкотерапия** используется для психо-терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.

**Технологии музыкального воздействия** используется в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

**Досуговое мероприятие совместно с родителями**  
**« Путешествие в страну здоровья»**

*Задачи:*

1. Охранять и укреплять здоровье детей, развивать потребность в разнообразных видах деятельной активности.
2. Привлекать родителей к активному участию в спортивных мероприятиях ДОО
3. Формировать привычку к здоровому образу жизни и правильному питанию
4. Воспитывать у детей положительное отношение к себе, своим близким, чувство сплоченности и взаимопомощи.

*Место проведения:* музыкальный зал

*Персонажи:* водяной, лягушата

*Участники:* дети и их родители, воспитатели.

**Ход досуга**

*(Под музыку Шаинского «Вместе весело шагать», дети и родители в спортивной форме входят в зал)*

***Ведущий:***

- Здравствуйте, уважаемые зрители, дети и родители!

Мы рады приветствовать вас сегодня в нашем зале и предлагаем отправиться в путешествие, но не простое, а по стране Здоровья. Вы готовы? Тогда... (за дверью раздается чихание, кашель)

- Ой, кажется, ещё не все гости собрались (входит Водяной)

***Водяной:***

- Здравствуйте, друзья. Какие вы все здоровенькие, румяные, а я вот всё болею: сиднем сижу день и ночь на пруду, и разогнуться потом не могу,

как скучно, друзья, сто лет без движенья, в воду глядеть на свое отраженье!

- Как бы я хотел стать таким, как вы! В чем ваш секрет?

**Ведущий:**

- А никакого секрета, уважаемый Водяной, нет, сейчас наши дети тебе все расскажут.

**1 ребенок:**

Солнце, воздух и вода –  
наши лучшие друзья!  
Чтоб расти и закаляться  
Надо спортом заниматься!

**2 ребенок:**

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты -  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

**3 ребенок:**

Со здоровьем все в порядке,  
Начинаем день с зарядки!  
Даже утром самым хмурым  
Веселит нас физкультура!

**4 ребенок:**

Здоровый образ жизни  
Мы всей семьей ведем!  
Становимся стройнее  
И краше с каждым днем!  
Полны мы оптимизма

Всем истину открыть:  
 Здоровый образ жизни  
 Нам помогает жить!

***Ведущий:***

- Вот видишь, Водяной, чтобы быть здоровым, крепким, бодрым, нужно закаляться, гулять на свежем воздухе, есть овощи и фрукты, заниматься спортом, и обязательно каждый день делать зарядку.

***Водяной:***

- Зарядку? А что это такое и как ее делают?

***Ведущий:***

- Зарядка всем полезна.

Зарядка всем нужна,

От лени и болезней

Спасает нас она!

- Давайте покажем Водяному, как мы делаем зарядку:

*(дети выполняют движения в соответствии с текстом)*

Каждый день по утрам делаем зарядку (ходьба на месте)

Очень нравится нам делать по порядку:

Руки поднимать, руки опускать,

Приседать и вставать

Прыгать и скакать

Весело шагать!

***Водяной:***

- Ой, как здорово! Теперь я тоже буду делать зарядку и стану здоровым, крепким и сильным, как вы!

***Ведущий:***

- Нет, Водяной, одной зарядки для этого недостаточно.

***Водяной:***

- А что же еще нужно? (обращается к детям)

**Дети:**

- заниматься физкультурой, гулять, закаляться, есть полезные продукты, овощи и фрукты.

**Водяной:**

- Ой! А у меня как раз на грядке поспел урожай, можете мне его собрать?

**Конкурс «Сбор урожая»**

1-й этап – ребенок – взять корзину, пролезть в тоннель, пробежать по «следам», прибежать «на грядку», собрать морковку и бегом вернуться обратно.

2-й этап – мама – взять корзину, пролезть в тоннель, пробежать по «следам», прибежать «на грядку», собрать помидоры и бегом вернуться обратно.

3-й этап – папа – взять корзину, пролезть в тоннель, пробежать по «следам», прибежать «на грядку», собрать огурцы и бегом вернуться обратно.

После каждого этапа корзину передавать следующему участнику.

**Ведущий:**

- Водяной, как раз сегодня мы отправляемся в путешествие по стране Здоровья и приглашаем тебя с собой.

**Водяной:**

- Спасибо, я с удовольствием принимаю ваше приглашение.

**Ведущий:**

- Вот и хорошо, отправляемся скорее в путь!

*(дети вместе с родителями проходят «Полосу препятствий»: пробковая дорожка, змейка из пуговиц, ребристая доска, перешагивание через пенёчки, на носочках по скамейке, подлезание под дуги, в соответствии с текстом)*

- Мы к лесной полянке вышли

Поднимая ноги выше

Через кустики и кочки,  
 На носочках по мосточку,  
 Дружно все мы так шагали,  
 Не споткнулись, не упали, Молодцы!

**Водяной:**

- Ой, как же я притомился, никогда в своей жизни столько не двигался!

Давайте присядем, отдохнем:

- Солнышко яркое, солнышко жаркое,  
 Выйди, солнышко, скорей, нас теплом своим согрей!

*(релаксация на полянке – слушаем голоса птиц, греемся на солнышке)*

**Ведущий:**

- Отдохнули? Набрались сил? Отправляемся дальше в путь.

*(логоритмика – движения в соответствии с текстом)*

- Нам солнышко светило

Нас ветер обвевал

В пути не скучно было

Пришли мы на привал.

- Посмотрите, какой чудесный пруд перед нами!

**Водяной:**

- Ах, какой он чистый, прозрачный. Как бы я хотел здесь поселиться!

У меня даже на душе стало светло и весело, и так захотелось с вами поиграть.

*Подвижная игра "Угадай, кто квакает?"*

Водящий с закрытыми глазами в центре круга, игроки прыжками передвигаются по кругу. Вот лягушка по дорожке. Скачет, вытянувши ножки. Увидала комара, закричала...

*(В этот момент кто-нибудь из стоящих в круге говорит: «Ква-ква!»). Водящий должен по голосу отгадать, кто лягушка.)*

***Водяной:***

- Какие вы ловкие, внимательные, умелые.

Мне с вами было очень интересно, благодаря вам я узнал:

Чтоб здоровье поправить – свой образ жизни нужно исправить!

Делать зарядку, всегда закаляться,

На солнышке греться и в речке купаться.

Теперь со здоровьем своим я в ладу

И весело станет мне жить на пруду!

Спасибо вам! А у меня для вас есть сюрприз:

-Эй! Зеленые подружки, пучеглазые лягушки,

К нам с водою поспешите и скорей всех угостите!

*Появляются «лягушки» с «живой водой», (спонсоры родители, угощают всех участников мероприятия).*