«Взаимодействие детского сада и семьи по формированию здорового образа жизни детей раннего возраста»

 Соколова Татьяна Владимировна

Воспитатель

Высшая квалификационная категория

Все начинается с семьи. Первое слово, первый шаг, полезные и вредные привычки ребенок увидит впервые в семье, среди людей, которые любят его не за что-то, а за то, что он просто есть, такой красивый, смышленый, с хорошим аппетитом, и не всегда с хорошим здоровьем . Вряд ли найдутся такие родители, которых не интересует здоровье своего ребенка. В современном мире многие родители с точностью назовут заболевание (если ребенок болеет), препараты, которыми лечат, название клиники, в которой ребенок проходил консультацию.

 Работа по формированию здорового образа жизни заключается в том, чтобы совместно с родителями сформировать у детей привычки, которые сохраняют и укрепляют здоровье с детства: соблюдение режима дня, правильное питание, закаливание, формирование потребности в движении. Родители должны быть постоянными активными участниками образовательной деятельности, проводимой в учреждении. Активизируя роль родителей через организацию совместной деятельности детей и взрослых можно достичь наилучших результатов в физическом развитии и оздоровлении дошкольников. Но проблема в том, что родители чаще всего выступают зрителями, и реже участниками мероприятий .

**Работая с родителями, я ставлю цель:** формирование в содружестве с родителями потребности к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.

**Задачи :**

\* Повышать педагогическую культуру родителей.

\* Изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания.

\* обогащать знания о ЗОЖ через различные виды деятельности

\* создать единое здоровьесберегающее пространство в детском саду и дома.

**В работе с семьями воспитанников я** рекомендую родителям, чтобы режим дня был таким же, как в детском саду. К сожалению, некоторые родители считают, что ребенка с первого месяца жизни необходимо лишь кормить и одевать, чтобы он не простудился. Что же касается физического воспитания, то оно откладывается на то время, когда он подрастет. Естественно, что у родителей, которые не понимают значения своевременно начатого и систематически проводимого физического воспитания, даже при отличных условиях быта, оно не будет налажено. Малыш редко бывает на свежем воздухе(простудится!), у него нет определенного режима — днем он спит, а вечерами долго засиживается у телевизора. Все это пагубно отражается на психическом и физическом здоровье малыша, поэтому моя задача как педагога познакомить родителей с основными правилами закаливания и научить их проводить его постепенно, с самого рождения. Однако, прежде приступить к закаливанию, необходимо преодолевать страхи, не редко бытующие в семьях, перед сквозняками или струей прохладной воды. Ребенок невольно старается походить на своих родителей. Поэтому родительский пример это залог того, что ребенок вырастет здоровым и крепким человеком. В своей работе с родителями я использую следующие принципы:

1. Принцип партнерства, взаимопонимание и доверия.
2. Принцип «Активного слушателя»
3. Принцип согласованности действий.
4. Принцип самовоспитания и самообучения.
5. Принцип ненавязчивости.
6. Принцип жизненного опыта.
7. Принцип безусловного принятия

**Формы работы:**

 ***Традиционная форма работы.***

Родительские собрания, семинары-практикумы. Встречи «за круглым столом» по обмену семейным опытом и традициями. Консультации для родителей (индивидуальные и групповые). Совместные развлечения с родителями. Педагогические беседы с родителями .Занятия совместно с родителями. Информирование через стенды, тематические уголки и папки передвижки в группах. Участие родителей в оформлении центра физического развития. Тематические выставки. Театрализация КГН.

 ***Родительские собрания*** на тему: «Соблюдение режима дня дома»; «Правильное питание – залог здоровья наших детей»; «Закаливание в домашних условиях.» В проведении родительских собраний привлекаю медицинских работников и физкультрного руководителя, которые дают рекомендации ***для родителей*, такие как:**

«Организация питания вечером и в выходные дни»,

 «Упражнения для профилактики верхних дыхательных путей»,

«Упражнения для профилактики плоскостопия»,

 «Проведение физкультминутки дома» и другие.

Провожу ***индивидуальные беседы с родителями*** на темы:

«О правильной осанке»;«Что делать, чтобы у ребёнка были здоровые зубы?»

Организую тематические выставки:

«О здоровье всерьез»; «Закаливание детей дома».

 ***Нетрадиционные формы работы .***

Физкультурные досуги.

Праздники развлечения.

Совместные занятия с родителями.

Театрализация.

Зимние развлечения.

 Совместные занятия с родителями в форме практикумов: «Как играть в подвижные игры», «Игры на развитие внимание и ловкости».

***Ежегодные традиции в детском саду:*** «Тихий час и пробуждение», «Встреча с интересными людьми» ,«Папа, мама, я спортивная семья» ,«Мама поиграй со мной», «В гостях у доктора Айболита» и другие. «Мы за здоровый образ жизни».

*Оздоровительные игры в семье* , направленные на: профилактику осанки; сохранение зрения; профилактику плоскостопия; игры для предупреждения гиподинамии.

Вся эта работа направлена на взаимодействие воспитателей с родителями, которое предполагает обмен мыслями, чувствами, переживаниями; а также повышение педагогической культуры родителей, т.е. сообщение им знаний, формирование у них педагогических умений, навыков, рефлексивного отношения к себе как педагогам. Только с изменением уклада семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения детей дошкольников и их родителей к собственному здоровью. Только в содружестве с родителями будет достигнута цель по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, воспитание здорового, гармонически развитого ребёнка, способного легко адаптироваться в условиях дошкольного обучения.