

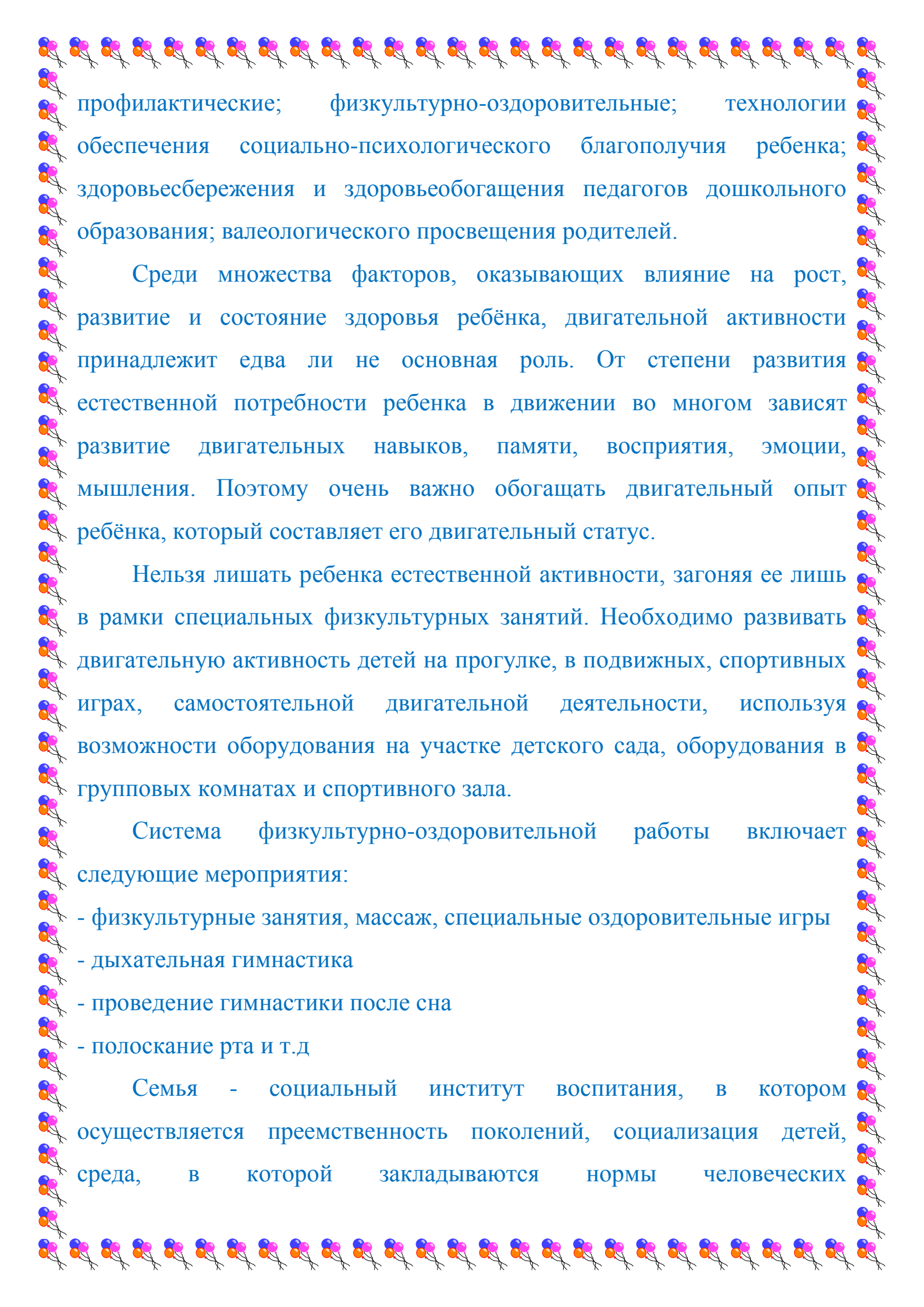


Оздоровительная работа с родителями в детском саду

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Такие словосочетания, как «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями в планах воспитательной работы всех педагогов дошкольного образовательного учреждения. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым надо решать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща. Проблема оздоровления детей это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Дошкольный период характеризуется интенсивным формированием организма детей, их опорно-двигательного аппарата. В этом возрасте закладывается фундамент здоровья ребенка. Вся работа в детском саду пронизана заботой о физическом здоровье ребенка и его психологическом благополучии. Пути достижения физического и психологического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они проходят через всю организацию жизни детей в детском саду, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

В воспитательно-образовательном процессе ДООУ можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий: медико-



профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей.

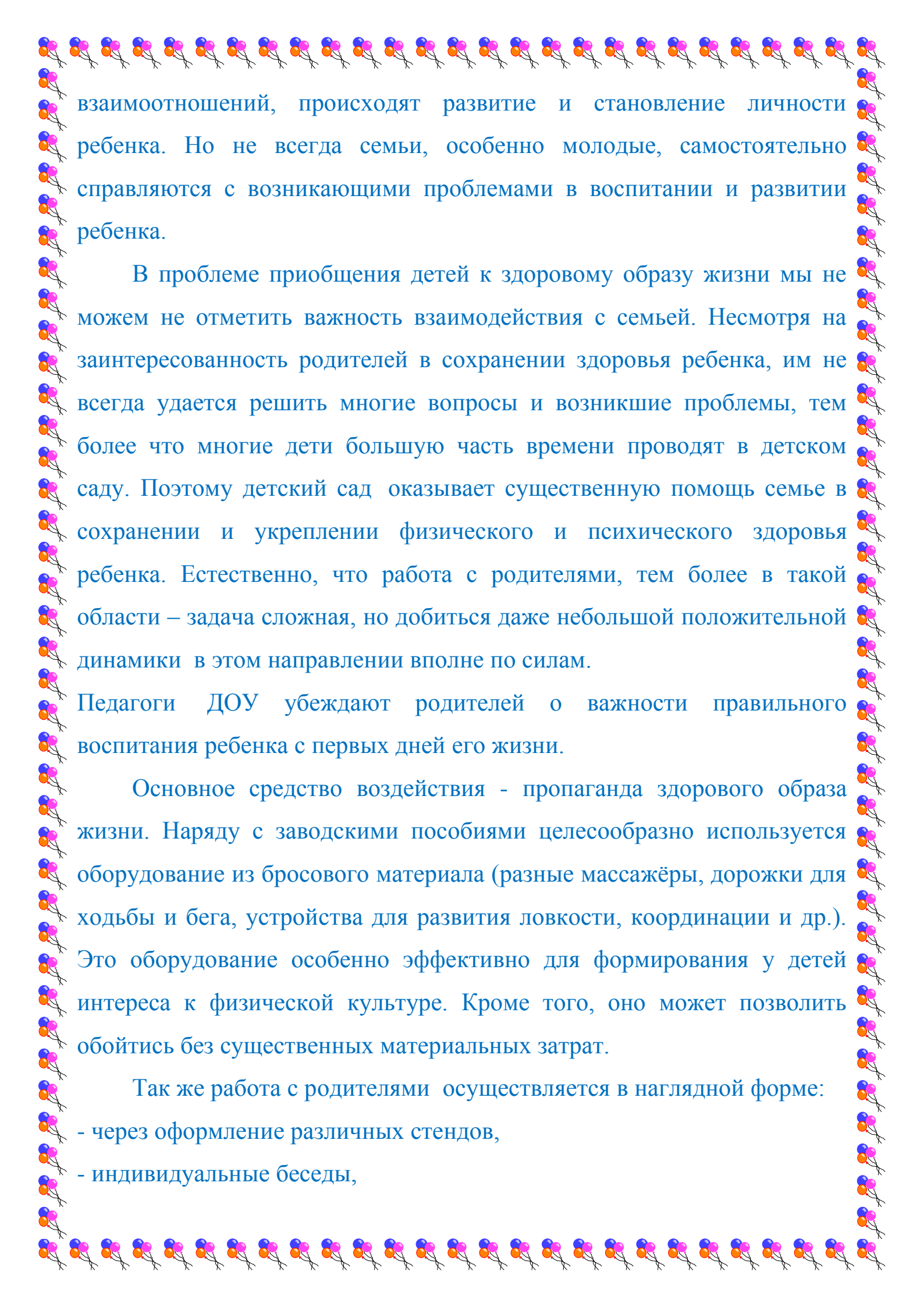
Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

Нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в подвижных, спортивных играх, самостоятельной двигательной деятельности, используя возможности оборудования на участке детского сада, оборудования в групповых комнатах и спортивного зала.

Система физкультурно-оздоровительной работы включает следующие мероприятия:

- физкультурные занятия, массаж, специальные оздоровительные игры
- дыхательная гимнастика
- проведение гимнастики после сна
- полоскание рта и т.д

Семья - социальный институт воспитания, в котором осуществляется преемственность поколений, социализация детей, среда, в которой закладываются нормы человеческих



взаимоотношений, происходят развитие и становление личности ребенка. Но не всегда семьи, особенно молодые, самостоятельно справляются с возникающими проблемами в воспитании и развитии ребенка.

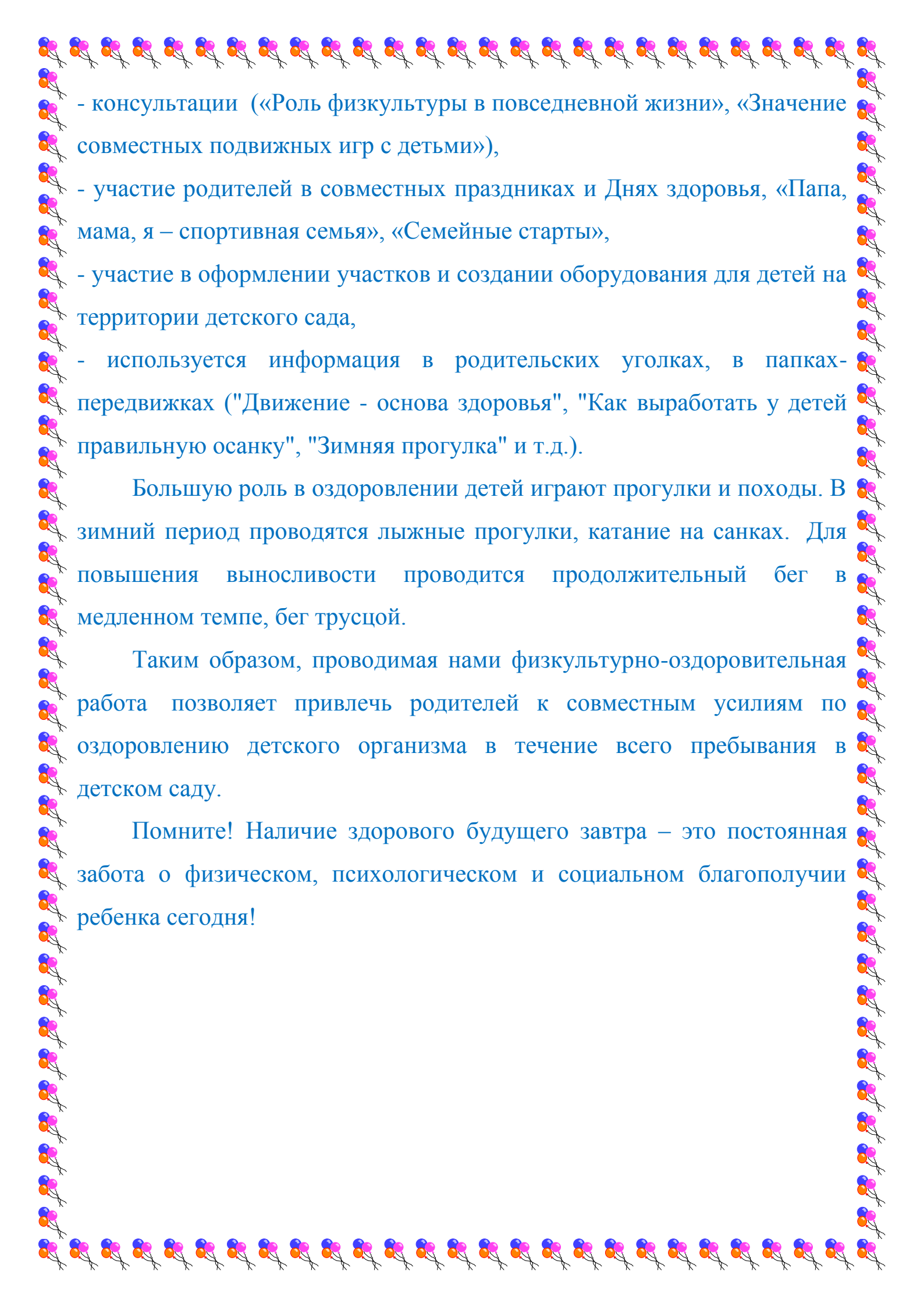
В проблеме приобщения детей к здоровому образу жизни мы не можем не отметить важность взаимодействия с семьей. Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более что многие дети большую часть времени проводят в детском саду. Поэтому детский сад оказывает существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психического здоровья ребенка. Естественно, что работа с родителями, тем более в такой области – задача сложная, но добиться даже небольшой положительной динамики в этом направлении вполне по силам.

Педагоги ДООУ убеждают родителей о важности правильного воспитания ребенка с первых дней его жизни.

Основное средство воздействия - пропаганда здорового образа жизни. Наряду с заводскими пособиями целесообразно используется оборудование из бросового материала (разные массажёры, дорожки для ходьбы и бега, устройства для развития ловкости, координации и др.). Это оборудование особенно эффективно для формирования у детей интереса к физической культуре. Кроме того, оно может позволить обойтись без существенных материальных затрат.

Так же работа с родителями осуществляется в наглядной форме:

- через оформление различных стендов,
- индивидуальные беседы,

- 
- консультации («Роль физкультуры в повседневной жизни», «Значение совместных подвижных игр с детьми»),
 - участие родителей в совместных праздниках и Днях здоровья, «Папа, мама, я – спортивная семья», «Семейные старты»,
 - участие в оформлении участков и создании оборудования для детей на территории детского сада,
 - используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках ("Движение - основа здоровья", "Как выработать у детей правильную осанку", "Зимняя прогулка" и т.д.).

Большую роль в оздоровлении детей играют прогулки и походы. В зимний период проводятся лыжные прогулки, катание на санках. Для повышения выносливости проводится продолжительный бег в медленном темпе, бег трусцой.

Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в детском саду.

Помните! Наличие здорового будущего завтра – это постоянная забота о физическом, психологическом и социальном благополучии ребенка сегодня!