

## **Здоровьесберегающая деятельность ЦДО при взаимодействии педагогов и родителей**

Успех работы по реализации здоровьесберегающих технологий зависит от многих составляющих, в частности, от активного участия в этом процессе детей; создание здоровьесберегающей среды; высокой профессиональной компетентности и грамотности педагога и родителей. Понятно, работа с родителями должна носить планомерный характер. Деятельность педагога, направленная на укрепление здоровья детей, будет иметь малый успех, если она ведется в аспекте воспитатель-дети. В этой работе необходимы звенья; воспитатель-родители, родители-дети. Только при полном понимании и поддержке со стороны родителей можно достичь поставленной цели.

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный возраст. В этом период дети значительную часть времени проводят в семье, где закладываются основы счастливой и благополучной жизни детей в гармонии с миром.

Во взаимодействии с родителями ЦДО затрагивает вопросы здоровья детей. Родители делятся опытом привития любви к спорту; воспитанию правильной осанки, рассказывают о правильном питании, контроле за состоянием здоровья. Такой цикл бесед проводят воспитатели. Вместе с родителями обсуждаются вопросы по изменению состояния здоровья детей, ищем причины появившихся проблем. Для этого используются разные формы проведения родительских собраний, устные журналы, обращение воспитателей к родителям, консультации и беседы. Родители знакомятся с упражнениями для снятия стресса, боли, комплексами утренней гимнастики, упражнениями для сохранения правильной осанки. Регулярно размещается информация на различные темы: *«Причины частых заболеваний»*, *«Режим дня и питание»*, *«Закаливание»*, *«Одежда детей в разные сезоны года»* и т. д.

Большую роль в работе с родителями играет наглядная агитация. Для родителей оформляются красочные стенды: «Мама, папа и я – спортивная семья», «Внимание, витамины», вывешивается информация о заболеваниях (туберкулез, грипп, ветряная оспа и т. д.).

Не редко проблема частых простудных заболеваний – это проблема чрезмерной опекаемости. Боясь за свое дитя, родители неосознанно наносят его здоровью вред. Часто приходится объяснять родителям необходимости соблюдения детьми режима дня, приближенного к режиму ЦДО.

Естественно, что работа с родителями, тем более в такой трудной области, как приобщение к здоровому образу жизни, задача сложная, но даже небольшой положительной динамики в этом направлении по силам.

Для достижения цели в сфере взаимодействия с родителями поставлены задачи:

1. Повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством систематического педагогического и медицинского просвещения.

2. Сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни в семье.

3. Повысить интерес родителей воспитанников к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.

4. Оказать квалифицированную помощь родителям воспитанников в вопросах сохранения и укреплению здоровья детей силами специалистов ЦДО.

Вся работа ЦДО и семьи по воспитанию здорового образа жизни строится на основных положениях:

- Единство в работе ЦДО и семьи по воспитанию здорового образа жизни.
- Взаимное доверие во взаимоотношениях между педагогами и родителями, понимания возможности способностей в воспитании физических качеств.

- Изучение лучшего опыта семейного воспитания по оздоровлению детей и пропаганда его среди родителей;

- Использование разнообразных форм работы ЦДО с семьей, их взаимосвязи (анкетирование, беседа, консультации, собрания вечера вопросов и ответов, спортивные праздники, развлечения)

ЗОЖ не формируется с помощью отдельных мероприятий, каждая минутка пребывания ребенка в ЦДО должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- развитие представлений о строении собственного тела, назначение органов;

- обучение по уходу за своим телом и навыкам оказания элементарной помощи;

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков;

- формирование и закрепление навыков самообслуживания;

- формирование привычки ежедневных физических упражнений;

- соблюдение режима дня.

Сегодня мы часто слышим слово гиподинамия. Многие понимают его упрощенно – как недостаток движения, но это не совсем верно. Гиподинамия – своеобразная болезнь, определение которой звучит довольно угрожающе: «Нарушение двигательной функций организма опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения при двигательной активности»

Движение необходимо ребенку: так как способствуют развитию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Проводимая работа по формированию у детей навыков здорового образа жизни дает следующие результаты: снижается заболеваемость и повышается уровень здоровья детей, появляется стойкая мотивация на здоровый образ жизни, происходит осознание ответственности за свое здоровье. Организованная таким образом воспитательно-образовательная и оздоровительная работа положительно влияет на развитие детей, укрепляет их здоровье, нормализует социально-адаптивную сферу.

Сотрудники ЦДО регулярно включают новые формы и методы работы по формированию основ ЗОЖ.

При подготовке статьи использована следующая литература:

Борисов Е.Н. «Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками» - Волгоград; Панорама; Москва; Глобус 200 г.

Халетова С. С. «*Основы здорового образа жизни*» - Йошкар-Ола 2007 г.

Крылов Н. И. «Здоровье Подготовила:сберегающие пространство в ДОУ» - Волгоград; Учитель 2008 г.

Новикова И. М- «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» Пособие для педагогов дошкольного учреждения – Москва; Мозаика-Синтез 2010 г.