Консультация для родителей

**«Семья – ребенок - детский сад» - система воспитания здорового дошкольника**

 Воспитатель: Костромина Н.В.

Детство – незабываемая пора в жизни каждого человека, сопровождаемая семьей и детским садом. Она наполнена добрыми волшебниками и веселыми гномами, теплыми лучами солнца, любовью и заботой родителей. В семье складываются первые представления ребенка об окружающем мире, добре и справедливости, ответственности и долге. Родительская любовь дает человеку «запас прочности», формирует чувство защищенности.

Детский сад – это второй дом для ребят. Здесь они проводят большую часть времени. Детский сад помогает детям войти в мир социальных отношений со сверстниками, воспитывающими взрослыми, с людьми, окружающими их; научиться пользоваться правилами, определять, что хорошо, а что плохо.

Как сделать так, чтобы процесс воспитания не был односторонним? Как объединить усилия родителей и воспитателей в формировании личности ребёнка? Как воспитать у детей культуру здоровья? Что делать, если традиционные формы работы с родителями в виде родительских собраний уже не привлекают родителей?

В нашем современном мире информационных и компьютерных технологий выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Исследования, проведенные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН, показывают, что за последние 10 лет в 2 раза увеличилось количество детей с хронической патологией и в 3 раза снизилось число здоровых детей. По данным отечественных и зарубежных исследователей, здоровье человека на 50-55% зависит от собственного образа жизни, на 20-25% - от окружающей среды, на 16-20% - от наследственности и на 10-15% - от уровня развития здравоохранения в стране.

В сложившейся ситуации необходим комплексный, системный подход к организации оздоровительной деятельности в детском саду и в семье.

Наш детский сад проводит огромную работу по оздоровлению детей.

Перед нашим коллективом встали вопросы: «Как оздоравливать дошкольников? Как вызвать желание у родителей сотрудничать по вопросам оздоровления детей?», На основании поставленных задач, в детском саду организована ежедневная работа по оздоровлению детей, успешно применяется нестандартные физкультурные занятия.

На высоком уровне осуществляется работа по укреплению и охране здоровья и физическому развитию детей. Реализуется многоплановая система оздоровления и профилактики заболеваний на основе использования нетрадиционных технологий в комплексе со средствами физического развития и медицинскими мероприятиями по профилактическому лечению детей. Для этого создан и функционирует медицинский блок (медкабинет, изолятор, спортивный зал). Всю работу медицинского блока контролирует и координирует медицинская сестра Марина Владимировна.

Для физического развития воспитанников созданы следующие условия:

- имеется 1 физкультурный зал со всем необходимым оборудованием, что позволяет обеспечивать высокую моторную плотность занятий;

- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарем и оборудованием;

- разработаны картотеки подвижных игр, дыхательных упражнений, физкультминуток, пальчиковых упражнений для развития основных движений и мелкой моторики

- в спортивном зале и около игровых площадок имеются массажные коврики и дорожки для профилактики плоскостопия;

- для проведения лечебно-профилактической работы имеются: медицинский кабинет и изолятор.

Система работы детского сада включает в себя несколько направлений. Это:

- систематическая работа по физическому воспитанию:

- утренняя гимнастика с использованием дыхательной гимнастики;

- физкультминутки на занятиях;

- физкультурные занятия с использованием спортивного инвентаря

- спортивные и подвижные игры;

- ежедневные оздоровительные бег и ходьба вокруг детского сада;

- пальчиковые гимнастики;

- профилактическая гимнастика для глаз;

- перед сном – водные процедуры

- после сна – гимнастика пробуждения, ходьба по нестандартному оборудованию (дорожки из реечек, камешков, пуговиц…);

- спортивные развлечения и праздники

- систематическая работа по предупреждению и профилактике простудных заболеваний:

- дыхательная гимнастика;

- гимнастика пробуждение

-кварцевание групп и залов

- ароматерапия ( использование ароматических подушечек );

- ионизация воздуха настоем лука и чеснока в группах; ( особенно в осеннее- зимний период)

- система закаливания:

- закаливание детей природными факторами (воздушные, водные, солнечные, босохождение и др.).;

- профилактическая работа:

- витаминизация блюд;

- ежедневное вхождение в рацион питания свежих овощей и фруктов, соков.

Благодаря системе оздоровления заболеваемость в детском саду, по сравнению с 2014 годом, снижена на 35 %.

Сложившаяся система оздоровления с использованием здоровьесберегающих технологий является не только достоянием детского сада, но и семьи. Среди разнообразных форм взаимодействия педагогов с родителями, стимулирующих развитие доверительных отношений между ними:

- папки-передвижки «Родители советуют…», которые позволяют родителям рассказывать о формах воспитания в их семье, способах лечения и оздоровления детей в семье, рецептах настоев трав, блюд и пр.;

- «телефон доверия», благодаря которому родители могут получить необходимую индивидуальную консультацию;

- почтовый ящик «Спрашивайте – отвечаем», позволяющий адресовать специалистам вопросы по оздоровлению, воспитанию, коррекции поведения и получать на них ответы;

- «Дни открытых дверей», в которые родители знакомятся с жизнью детей в детском саду, общаются с узкими специалистами, посещают пищеблок и др.;

- газета детского сада и семейные газеты (в каждой группе): «Здоровье в порядке…», «Всемирный день здоровья»;

- конкурсы совместных рисунков (например, «Чтоб здоровым, сильным быть - надо спорт всегда любить» и поделок родителей с детьми («Делаем сами своими руками: нетрадиционное физкультурное оборудование» и др.), фотографий (например, «Поймай мгновение», имеющего номинации: «Счастливый ребёнок», «Здоровый ребёнок», «Наша дружная семья»);

- семейные спортивные соревнования;

- семейный календарь, благодаря которому детский сад устанавливает преемственные связи с семьей (В семейном календаре родители вместе с детьми делятся своими впечатлениями о самых ярких переживаниях ребенка в течение каждого месяца.);

- «адаптационный альбом», рассказывающий детям, вновь поступающим в детский сад, об их группе ;

- семейный клуб «Тёплый дом», позволяющий осмысленно относиться к воспитанию детей и открывающий родителям приемы оздоровления (На каждом заседании клуба дети «учат» родителей приемам оздоровления, которые затем входят в каждую семью.);

- нетрадиционные родительские собрания, призванные поддержать родителей в решении проблем воспитания детей и привлечь их к участию в планировании образовательного процесса в детском саду;

- праздники и развлечения, посвященные Дню матери, Дню отца, Дню семьи.

Можно сказать, что актуальной задачей являются: осмысление накопленного опыта, сохранение и укрепление здоровья детей, оценка и модернизация физкультурно-оздоровительной деятельности.