

## Консультация для родителей

### «Физкультурно-оздоровительная работа по взаимодействию с семьей»

Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области и является одной из приоритетных задач современного образования.

Исследователями отечественных и зарубежных ученых установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

Вместе с тем результаты научных исследований свидетельствуют: уже в дошкольном возрасте здоровых детей становится все меньше. Высок процент физиологической незрелости (более 60%), которая становится причиной роста функциональных (70%) и хронических (до 50%) заболеваний.

Полноценное физическое развитие дошкольника—это, прежде всего правильное и своевременное формирование двигательных умений и навыков, развитие интереса к различным доступным ребенку видам движений, воспитание положительных нравственно-волевых черт личности. Успешное решение этой задачи возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий, физических упражнений, а так же при совместных усилиях детского сада, семьи, общественности.

Создание благоприятных педагогических условий для физического воспитания детей только в рамках дошкольного учреждения не является достаточно эффективной мерой.

Ведь часть времени активного бодрствования дети проводят в семье, и на родителей ложится особая ответственность за организацию физкультурно-оздоровительной работы с ними. Для реализации этой проблемы целесообразно использовать не только хорошо зарекомендовавшие себя формы традиционного информирования родителей о способах физического развития дошкольников (собрания, консультации педагогов и специалистов, оформление наглядной агитации), но и нетрадиционные формы (индивидуальные беседы об организации предметно-развивающей среды в домашних условиях, организацией практикумов—с демонстрацией игрушек и спортивного инвентаря).

Физическим развитием детей занимается практически каждый работник детского сада, но первое слово, разумеется, принадлежит инструкторам физического воспитания. Воспитатель как бы является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с последними беседы по рекомендации инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, рекомендуемые инструктором, индивидуально для каждого ребенка).

Во время занятий оздоровительной физической культурой со старшими дошкольниками важно удовлетворение их естественной потребности в движении и ощущение «мышечной радости».

Дети дошкольного возраста очень любят нетрадиционное физкультурно-игровое оборудование. Одно дело выполнять упражнения для «поддержки здоровья», и совсем другое помогать сказочным героям, преодолевать препятствия, участвовать в сюжетной игре. Физкультурные пособия в значительной мере способствуют повышению интереса к выполнению различных

двигательных заданий, что ведет к удовлетворению потребности в двигательной активности, а так же благотворно сказывается на состоянии здоровья, физическом и умственном развитии. Многообразие физкультурного оборудования дает возможность продуктивно применять пособия на занятиях физической культурой разного типа, в организованных играх и упражнениях на прогулке, во время гимнастики после дневного сна. Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие должно быть устойчивым и прочным.

Определенные положительные результаты в физическом развитии детей, в снижении заболеваемости у нас есть. Но мы не останавливаемся на достигнутом, ищем новые формы и методы совместной работы педагогов, родителей и общественности.

Надеюсь, что советы и практические пособия, помогут педагогам ДООУ в выполнении главной задачи – сохранении и укреплении здоровья подрастающего поколения.

Все эти формы работы помогли заинтересовать родителей в осуществлении комплексного подхода к физическому воспитанию детей.

Укреплению здоровья детей способствует тесный контакт педагогов с медиками, родителями.

Из опроса родителей детей старших и подготовительных к школе групп выяснилось, что традиционных форм и средств физического воспитания для укрепления здоровья и высокой физической подготовленности ребят к школе недостаточно. Кроме того, в осенне-зимний период дети выполняют точечный самомассаж для профилактики острых респираторных заболеваний. Педагогом ведётся большая работа с родителями по физкультурно-оздоровительному направлению – это и совместные спортивные праздники походов. Ведется пропаганда здорового образа жизни через уголки для родителей, выпускаются мини-буклеты для родителей по теме сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Педагог ставит перед собой следующие задачи:

- Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

- Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша.

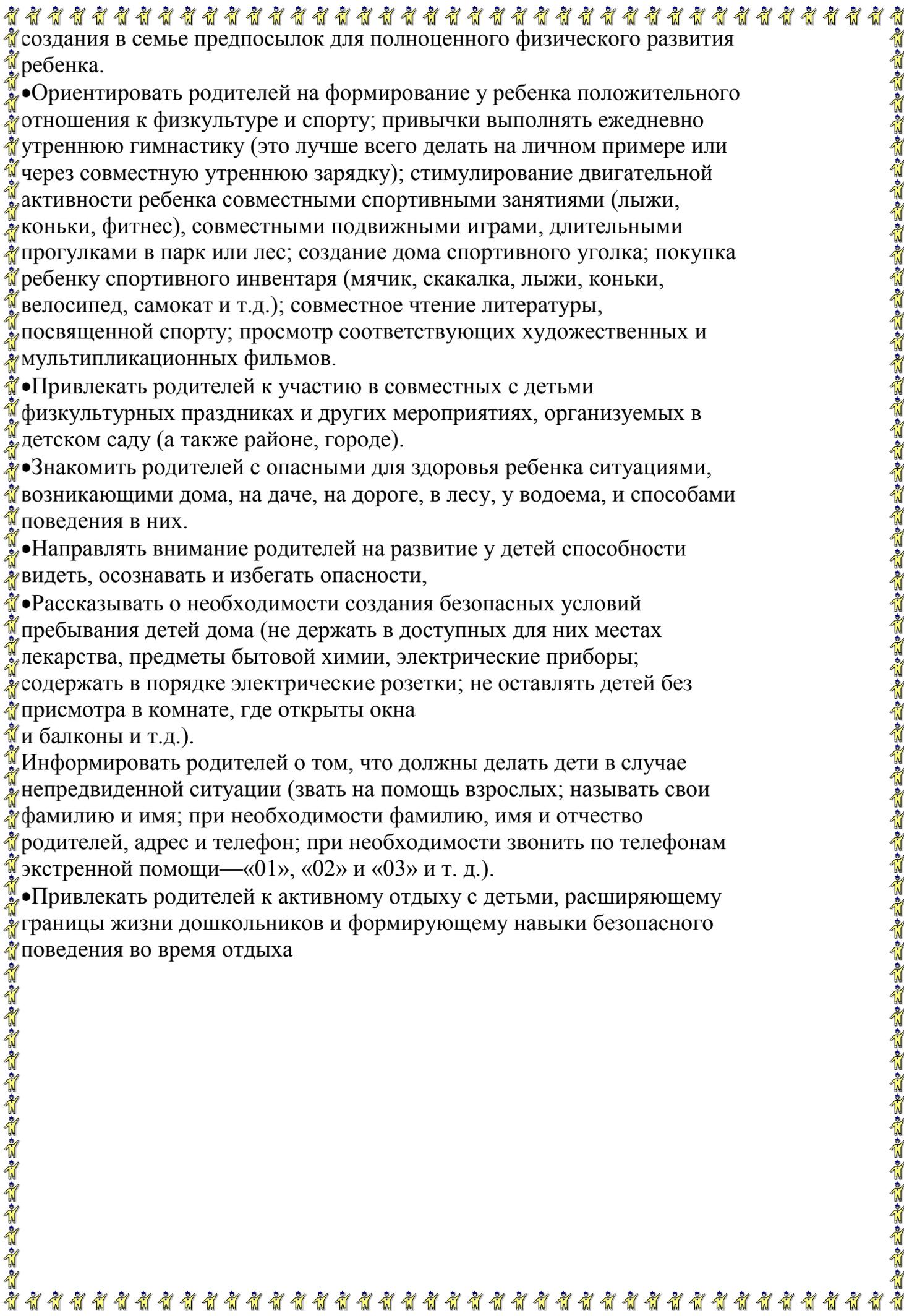
- Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

- Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

- Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду.

- Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников.

- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость

- 
- создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
  - Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).
  - Знакомить родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями, возникающими дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема, и способами поведения в них.
  - Направлять внимание родителей на развитие у детей способности видеть, осознавать и избегать опасности,
  - Рассказывать о необходимости создания безопасных условий пребывания детей дома (не держать в доступных для них местах лекарства, предметы бытовой химии, электрические приборы; содержать в порядке электрические розетки; не оставлять детей без присмотра в комнате, где открыты окна и балконы и т.д.).
- Информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации (звать на помощь взрослых; называть свои фамилию и имя; при необходимости фамилию, имя и отчество родителей, адрес и телефон; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи—«01», «02» и «03» и т. д.).
- Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха