

## Консультация для родителей

М.А. Федотовой

### «Взаимодействие родителей дошкольников и детского сада в физическом воспитании ребёнка»

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, долголетия и гармоничного физического развития. И хотя это развитие является закономерным биологическим процессом, однако на него можно воздействовать в нужном направлении, исходя из психофизиологических особенностей ребенка.

Правильно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего телосложения, предупреждению различных заболеваний, улучшает деятельность внутренних органов и систем детского организма. Без должного внимания к этой важнейшей составной части воспитания нельзя подготовить к жизни подрастающее поколение крепким и гармонически развитым.

У детей дошкольного возраста необходимо сформировать навыки выполнения упражнений основной гимнастики (строевые, общеразвивающие упражнения, основные движения-ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, ползание, перелезание, метание, прыжки), спортивных упражнений (ходьба на лыжах, катание на коньках, санках, велосипедах, плавание). Кроме того, следует научить детей играть в игры с элементами спортивных игр (теннис, бадминтон, городки, волейбол, баскетбол, хоккей, футбол и др.). Наряду с формированием двигательных навыков у детей с первых дней жизни необходимо развивать физические качества (ловкость, быстроту, гибкость, силу, выносливость, равновесие и др.).

Семья и дошкольные учреждения - два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка необходимо их взаимодействие. Однако далеко не все семьи в полной мере реализуют весь комплекс возможностей воздействия на ребенка. Причины разные: одни семьи не хотят воспитывать ребенка, другие не умеют это делать, третьи не понимают, зачем это нужно. Во всех случаях необходима квалифицированная помощь дошкольного учреждения, которое играет важную роль в развитии ребенка. Здесь он получает образование, приобретает умение взаимодействовать с другими детьми и взрослыми, организовывать собственную деятельность, развиваться физически. Насколько эффективно ребенок будет овладевать этими навыками, зависит от отношения семьи к дошкольному учреждению. Гармоничное развитие дошкольника без активного

участия его родителей в образовательном процессе вряд ли возможно. Поэтому роль семьи в воспитании и развитии ребенка также нельзя недооценивать.

Главной особенностью семейного воспитания признается особый эмоциональный микроклимат, благодаря которому у ребенка формируется отношение к себе. Другая важная роль семейного воспитания влияние на ценностные ориентации, мировоззрение ребенка в целом, его поведение в разных сферах общественной жизни. Известно также, что именно пример родителей, их личные качества во многом определяют результативность воспитательной функции семьи.

Уровень семейного воспитания в процессе физического развития детей определяется степенью взаимодействия семьи и дошкольного учреждения. Кроме того, не следует забывать, что физическое воспитание - это не только занятие физкультурой, а целая система организации двигательной деятельности детей дома и в детском саду.

Здоровое, красивое тело, красивые движения - результат правильного физического развития. Маленький человек не может сам себя развить - это задача взрослых.

Для успешной и продуктивной работы детского сада по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни педагогам необходимо направлять деятельность родителей и в этом направлении обеспечивать взаимосвязь в работе с родителями воспитанников. На сегодняшний день необходимо, чтобы каждый педагог дошкольного учреждения был грамотен в вопросах сохранения здоровья. Педагог, работающий с детьми дошкольного возраста, должен иметь так же специальные знания, касающиеся здоровья детей и практические навыки здорового образа жизни.

Степень грамотности педагога в вопросах здоровья определяет уровень воспитанности детей, умение адаптироваться к условиям жизни, их стремление к познанию самих себя.

В любой комплексной программе система физического воспитания дошкольника является частью общегосударственной системы физического воспитания, она строится с учётом возрастных, психологических особенностей детей при обязательном контакте с родителями.

Семья для ребёнка - источник общественного опыта. Здесь он находит пример для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему "всеми миром" - детский сад, семья, общественность.

Физическое воспитание дошкольника базируется на единстве цели, задач, средств, форм и методов работы и направлено на укрепление здоровья и физическое развитие детей. Целью физического воспитания является формирование потребности у детей в здоровом образе жизни. Знание ребёнком основ гигиены, элементарных медицинских сведений, правил безопасной жизнедеятельности составляет фундамент здорового образа жизни, способствующий в свою очередь, эффективности оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении и семье. Всем известно, об одном из педагогических принципов, принципе осознанности.

Роль педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми, педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Актуальность данной проблемы состоит в том, что современная семья включается во множество сфер жизнедеятельности общества. При этом, сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологическая перегрузка, стрессы и наличие других патогенных факторов способствуют развитию у родителей синдрома хронической усталости, что в свою очередь не позволяет им уделять необходимое внимание своему ребёнку.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Поэтому ДООУ должно оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребёнка.

Существуют разнообразные формы работы с родителями: коллективные, индивидуальные, наглядно-информационные. Желателен творческий неформальный подход педагогов к вопросу организации взаимодействия с родителями. Важно помнить, что родителям необходима не только теоретическая информация, но, что главное, практические навыки. Поэтому целесообразно организовывать различные практикумы для родителей, где они могут приобрести определённый педагогический опыт.

Совместные мероприятия педагогов и родителей:

- Родительские собрания;
- Консультации;
- Беседы;
- Совместные мероприятия педагогов, родителей и детей:

- Дни открытых дверей;
- Спортивные праздники и развлечения;
- Спортивные соревнования;
- Работа семейного консультативного пункта;
  
- Дни здоровья.

Вырастить здорового ребенка - нет задачи сложнее, а может и важнее для семьи и дошкольного учреждения. Здоровье - важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в особой заботе на протяжении всей жизни человека и, особенно, в первые семь лет. Известный педагог современности Ю. Ф. Змановский писал: «Помните, что первые семь лет жизни - самое важное время в формировании физического здоровья человека. А значит, этот период нужно грамотно смоделировать, иначе впоследствии за сегодняшние просчёты придётся платить слишком дорого».

Фундамент здорового образа жизни человека, как известно, закладывается с самого раннего детства, ещё в дошкольном возрасте. При этом, ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые годы жизни детей.

В последнее десятилетие по исследуемой проблеме появился ряд работ, представляющих определенный научный интерес. Вопросы сохранения здоровья, оздоровления и развития ребенка нашли свое отражение в научных трудах Е.А. Аркина, М.Н. Алиева, С.П. Кожина.

Современные специалисты А.А. Кисель, О.Н. Булычёва, В.И. Молчанов считают, что наиболее сильно страдает от отсутствия или дефицита физических упражнений детский организм, поскольку двигательная активность стимулирует рост и развитие не только здорового, но и больного ребенка.

Физическое воспитание строилось с учетом индивидуального подхода к детям. Проводилась диагностика уровня развития физических качеств для планирования воспитательно-образовательной работы, осуществления дифференцированного подхода.

Двигательная активность детей, гармоничное развитие, тренировка сердечнососудистой и дыхательной систем обеспечивались в ДОУ регулярным проведением утренней гимнастики. Сокращению времени пребывания в статическом режиме помогали разумное уменьшение продолжительности образовательных занятий (комплексные занятия), проведение физкультминуток, использование игровых заданий с движениями во время занятий. Для

профилактических мероприятий использовались все природные факторы: солнце, воздух, вода, земля (хождение босиком летом).

В процессе оздоровления у детей формируется осознанное отношение к своему здоровью, понимание преимуществ хорошего самочувствия. Педагоги формируют у детей навыки личной гигиены и осуществляют контроль за их неукоснительным выполнением.

Участие всего персонала ДООУ в решении задач физического воспитания, правильный подбор оборудования, рациональное его использование, соблюдение режима дня, разнообразные виды и формы физкультурной работы способствовали развитию двигательной сферы детей, формированию базовых умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма.

Благодаря взаимодействию с ДООУ, большинство родителей со временем понимают, что их привлечение в педагогическую работу детского сада, активное участие в воспитательно – образовательном процессе важно не только для педагога, но и для развития их собственного ребёнка.

Я считаю, что целенаправленная система взаимодействия семьи и детского сада по вопросам укрепления физического и психического здоровья детей в нашем дошкольном учреждении формирует основы физической культуры и культуры здоровья, подготавливает к школьной жизни не только детей, но и родителей; также способствует самореализации родительского потенциала.

**Основными задачами по физическому воспитанию дошкольников являются:**

- охрана и укрепление здоровья детей;
- формирование жизненно -необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.

Для того чтобы обеспечить воспитание здорового ребенка, работа в детском саду строится по нескольким направлениям:

1. Создание условий для физического развития и снижение заболеваемости детей;

2. Повышение педагогического мастерства и деловой квалификации педагогов детского сада;
3. Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач (медицинский персонал, воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор ФК, учитель-логопед).

Одна из основных задач ДООУ: «Формировать и прививать у детей и родителей потребность к здоровому образу жизни».

**Для успешной реализации данной задачи использовались следующие формы работы:**

- Индивидуальные беседы, консультации для повышения педагогической грамотности родителей;
- Групповые родительские собрания;
- Совместные музыкальные и спортивные праздники, развлечения: «Папа, мама, я-спортивная семья!», «День матери», «Вместе весело шагать» (уже стали нашей традицией. Они благотворно влияют на взаимоотношения между семьёй и коллективом сада);
- Физкультурные занятия;
- Совместные действия педагогов и родителей по созданию комфортных условий для жизни и деятельности детей (обогащение и оформление развивающей среды);
- Консультации специалистов (инструктор по ФВ, логопед, врач, медсестра- вот широкий круг специалистов нашего детского сада, готовые в любое время проконсультировать родителей по вопросам здоровья их ребёнка. Консультация может быть, как по желанию родителя, так и по инициативе специалиста. Целью консультаций является желание коллектива улучшить физическое, психическое, эмоциональное здоровье ребёнка, сделать его пребывание в детском саду максимально комфортным);
- Наглядные уголки для родителей, стенды, папки-передвижки (на информационных стендах в каждой возрастной группе и в холле детского сада работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления детей, такие как «Растим детей здоровыми», «Здоровье без лекарств», «Помоги ребёнку быть здоровым!», «Здоровая семья», «Здоровый позвоночник - путь к долголетию» и т.д., предлагаются комплексы для профилактики плоскостопия, нарушений опорно-двигательного аппарата, упражнения пальчиковой гимнастики, подвижные игры);
- Анкетирование, тесты родителей (этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы

в детском саду, анализировать качество проводимой работы с родителями, узнать больше о каждом ребёнке и о его семье. В анкете родители задают вопросы, которые чаще и являются определяющими при выборе темы родительского собрания);

- «День открытых дверей» (традиционное осеннее мероприятие нашего детского сада. В этот день двери открыты для всех желающих.

А также реализуются следующие мероприятия:

- кварцевание групп;
- ионизация воздуха настоем лука и чеснока;
- дыхательная и звуковая гимнастика;
- использование «дорожек здоровья»;
- дни здоровья;

Все перечисленные формы работы, реализуемые в процессе физического воспитания в ДОО, позитивно влияют на здоровье детей и помогают реализовать поставленные задачи.