|  |
| --- |
| **Здоровьесбережение в ДОУ.****Эффективные методы и приемы в физкультурно-оздоровительной работе.****Подготовила****Воспитатель Белова А.С.** |

|  |
| --- |
| В области дошкольного образования большоезначение придаётся процессу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, а так же  оздоровлению детей дошкольного возраста. Поэтому особую значимость приобретает внедрение наиболее эффективных технологий оздоровления детей в системе дошкольного образования, оценки состояния здоровья и физического развития детей. В нашем ДОУ забота о здоровье воспитанников занимает приоритетные позиции, поскольку стоит задача вырастить личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Главным фактором укрепления и сохранения здоровья является систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания. Именно физическое воспитание в ДОУ призвано формировать у ребёнка правильное и сознательное отношение к себе и своему здоровью. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социально благополучие. На этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей ещё недостаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, необходимо формировать мотивацию на здоровье и ориентацию их жизненных интересов на здоровый образ жизни (ЗОЖ). Главным фактором укрепления и сохранения здоровья является систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания. Именно физическое воспитание в ДОУ призвано формировать у ребёнка правильное и сознательное отношение к себе и своему здоровью. При целенаправленном воспитании, обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации занятий физической культурой отношение детей к своему здоровью значительно меняется. На интересе детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье. Этот принцип и лежит в основе технологии целенаправленного отношения детей дошкольного возраста к здоровью и ЗОЖ. Физическое воспитание и оздоровление дошкольников - сложный процесс. Усвоение техники выполнения физических упражнений первоначально осуществляется на специально организованных физкультурных занятиях, но в дальнейшем ребенок использует эти движения в повседневной жизни, в самостоятельной деятельности, поэтому привычка действовать определенным образом успешно складывается только при тесном взаимодействии инструктора по физическому воспитанию, воспитателя группы и семьи.**Модель оздоровления детей дошкольного возраста в ДОУ****Воспитание навыков и привычек культуры поведения, положительных взаимоотношений и гигиенических навыков:**— гигиена тела и одежды;— культура питания в детском саду и дома;— культура поведения и общения в детском саду и дома;— половое воспитание;— воспитание гуманных качеств и положительных взаимоотноше­ний;— воспитание способности справедливо оценивать поступки свои и сверстников, общественного поведения.**Физическая культура и спорт:**— физкультурные досуги и развлечения;— праздники и дни здоровья;— занятия разных форм;— знакомство с видами спорта.**Лечебно-профилактические мероприятия.****Учебно-воспитательная работа.****Оздоровительные мероприятия:**— комплексное закаливание (солнечные ванны, воздушные процедуры, водно-солевое закаливание);— закаливание, обливание ног;— лечебная физкультура;— укрепляющая фитотерапия;— контроль часто болеющих детей;— игровой массаж;— проветривание — сквозное, сон с открытой форточкой (на свежем воздухе). **Внедрение новых технологий:**— использование программы оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш»;— использование здоровьесберегающих технологий.**Работа с родителями:**— совместная систематическая работа ДОУ и семьи по закаливанию;— традиционные физкультурные праздники «Папа, мама, я — спортивная семья»;— родительские собрания, беседы;— дни открытых дверей, информа­ция о развитии ребенка; — оформление «Уголка здоровья». |

**Эффективные формы и методы оздоровления детей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Формыи методы | Содержание работы |
| 1 | Физические упражнения | — утренняя гимнастика;— физкультурно-оздоровительные занятия;— подвижные и динамичные игры;—профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, плоскостопие, зрение);— спортивные игры;— занятия в спортивном кружке «Здоровый малыш»;— дозированная ходьба;— пешие прогулки (экскурсии) |
| 2 | Закаливание водой | — умывание;— мытье рук;— игры с водой;— обеспечение чистоты среды;— полоскание рта и горла после каждого приема пищи и после сна водой комнатной температуры;— мытье ног перед сном (летом);— топтание в тазу после дневного сна;— хождение босиком. |
| 3 | Закаливание воздухом | — проветривание помещений (в том числе сквозное);— сон при открытых фрамугах;— ежедневные оздоровительные прогулки;— обеспечение температурного режима и чистоты воздуха;— кратковременные воздушные ванны перед сном;— хождение босиком. |
| 5 | Активный отдых | — физкультурные досуги, развлечения; — праздники и дни здоровья;— игры - забавы;— каникулы;— занятия различных форм. |
| 6 | Арома-фито- терапия | — фитопитание (чаи, отвары);— аромаподушки;— аромамедальоны. |
| 7 | Закаливание солнцем | — световоздушные ванны;— солнечные ванны;— отдых в тени. |
| 8 | Свето и цветотерапия | — обеспечение светового режима;— цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса. |
| 9 | Аутотренинг и психогим-настика | — игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;— игры – тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний. |
| 11 | Спецзакаливание | — босоножье;— игровой массаж;— профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопие, зрение). |
| 12 | Пропаганда ЗОЖ | — оформление «Уголка здоровья»;— курс лекций, бесед, консультаций для родителей и детей;— День открытых дверей;— родительские собрания;— занятия по ОБЖ. |
| 13 | Питание | — рациональное питание;— витаминизация третьего блюда аскорбиновой кислотой;— «Волшебная приправа» к 1 блюду в обед (фитонциды – лук, чеснок);— сокотерапия;— фрукты и овощи на второй завтрак;— зеленые салаты. |

**Программа физкультурно – оздоровительных мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы работы | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения |
| 1. Пальчиковая гимнастика. | С младшего возраста индивидуально или с подгруппой детей ежедневно. | Рекомендуется всем детям. Проводится в любое удобное время. |
| 2. Дыхательная гимнастика. | В различных формах физкультурно – оздоровительной работы. | Обеспечить проветривание помещения. Дать инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры. |
| 3. Игровой самомассаж. | В различных формах физкультурно – оздоровительной работы.Ежедневно. | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму. |
| 4. Психогимнастика. | В свободное время, можно во второй половине дня, в качестве динамических пауз. | Рекомендуется для всех детей с целью снятия стресса, перенапряжения. |
| 5. Динамические паузы. | Во время занятий от 2 до 5 мин. | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомляемости. Могут включать элементы различных форм физкультурно – оздоровительной работы. |
| 6. Гимнастика для глаз. | Ежедневно по 3-5 мин. В любое свободное время, в зависимости от зрительной нагрузки. | Рекомендуется использовать показ педагога. |
| 7. Бодрящая гимнастика | Ежедневно после дневного сна. | Форма проведения различна. |
| 8. Корригирующая гимнастика. | В различных формах физкультурно – оздоровительной работы. | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей. |
| 9. Подвижные и спортивные игры. | Ежедневно на занятиях, на прогулке, в группе. | Игры подбираются в соответствии с возрастом детей, местом и временем проведения. |
| 10. Физкультурное занятие. | 3 раза в неделю. | Проводятся в соответствии с требованиями программы, по которой работает ДОУ. |

**Анкета для педагогов**

Уважаемые коллеги! Просим вас ответить на вопросы данной анкеты. Ваши ответы помогут определить эффективность здоровьесберегающей деятельности в детском саду и разработать стратегию обеспечения здоровья участников образовательного процесса.

Анкетирование анонимное.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание вопроса | Ответы |
| 1. | Как Вы считаете, « Основная образовательная программа» нашего детского сада в полной мере реализует задачи здоровьесберегающей деятельности ? (выберите вариант ответов, проставив знак «+»)  | Да  | Нет   |
|  |  |
| 2. | Как Вы считаете, какие подходы в организации физического воспитания в детском саду необходимо улучшить?(проставьте номера в порядке важности и актуальности).*- психоэмоциональный комфорт участников образовательного процесса* |  |
| *- питание* |  |
| *- медицинское обслуживание* |  |
| *- двигательный режим* |  |
| *- закаливание* |  |
| *- работа с семьёй* |  |
| *- повышение квалификации кадров* |  |
| *- введение инноваций в области физического воспитания дошкольников* |  |
| *- воспитание гигиенической культуры* |  |
| *- организация двигательной деятельности* |  |
| *- воспитание ответственного и бережного отношения к своему здоровью* |  |
| 4. | Какие формы оздоровления проводите Вы в своей группе? (оцените их систематичность, проставив знак «+»)*- гимнастика утренняя* | Проводятся постоянно | Проводятся эпизодически | Не проводятся |
|  |  |  |
| *- занятия по физическому воспитанию* |  |  |  |
| *- свободная двигательная активность* |  |  |  |
| *- комплексы упражнений после сна* |  |  |  |
| *- закаливание*  |  |  |  |
| *- босохождение в помещении* |  |  |  |
| *- индивидуальная программа оздоровления* |  |  |  |
| *- допишите другое*  |  |  |  |
| 5. | Какие профилактические комплексы вы проводите в группе с детьми?Оцените их систематичность, проставив знак «+». *- гимнастика для глаз, повышающая работоспособность* | Проводятся постоянно | Проводятся эпизодически | Не проводятся |
|  |  |  |
| *- дыхательная гимнастика, регулирующая функцию дыхания* |  |  |  |
| *- артикуляционная гимнастика, способствующая развитию активности артикуляционного аппарата* |  |  |  |
| *- корригирующая гимнастика для профилактики нарушений осанки* |  |  |  |
| *- адаптационный комплекс, направленный на повышение выносливости организма*  |  |  |  |
| 6. | Осуществление информационно-просветительской деятельности с детьми. |
|  | Ознакомление детей с правилами ЗОЖ и формирование навыков сохранения здоровья(отметьте нужное, проставив знак «+» напротив):- *проводится регулярно и в системе (отражено в плане)* | Регулярнопо плану  | Эпизодически | По ситуации | Никогда |
|  |  |  |  |
| 7. | Осуществление информационно-просветительской деятельности с родителями. |
|  | Проведение бесед, консультаций с рекомендациями о ценностях здоровья и ЗОЖ. (отметьте нужное, проставив знак «+»)*- на родительских собраниях* | Регулярнопо плану  | Эпизодически | По ситуации | Никогда |
|  |  |  |  |
| *- в индивидуальных беседах* |  |  |  |  |
| *- размещение информации в «родительских уголках*» |  |  |  |  |
| *-публикации в СМИ* |  |  |  |  |
| *- использую другие возможности (напишите)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |  |  |  |  |
| 8. | Как Вы считаете, какие мероприятия более всего влияют на эффективность деятельности детского сада по здоровьесбережению (отметьте нужное, проставив знак «+» напротив)- *повышение профессиональной компетентности педагогов* |  |
| *- планирование здоровьесберегающей деятельности ДОУ* |  |
| *- контроль* |  |
| *- семинары* |  |
| *- практический обмен опытом* |  |
| *- поощрения* |  |
| *- наказания* |  |
| 9. | Оцените эффективность Вашего взаимодействия с медицинским персоналом ДОУ по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников. | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| 10. | По десятибалльной системе оцените следующие характеристики: *- состояние Вашего собственного здоровья* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- степень Вашей утомлённости* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *-уровень Вашей мотивации к здоровьесберегающей деятельности*  | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- степень увлеченности работой* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- уровень ответственности и трудолюбия* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- любовь к детям* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- оценка собственной роли в состоянии здоровья воспитанников* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
| *- иное (не перечисленная, но значимая для Вас характеристика), дописать и оценить\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* | **1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**  |
|   |

|  |
| --- |
| **Консультация для воспитателей****«Система работы с родителями по здоровьесбережению детей»**Подготовила воспитатель: Белова А.С.Система работы с родителями по здоровьесбережению.     Одной из целей работы детского сада является сохранение и укрепление здоровья детей.Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Поэтому важно взаимодействие семьи и детского сада в здоровье сбережении детей.    В работе с родителями в данном направлении мы ставим перед собой такие задачи как:Обеспечение семей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей. Разработка комплексов игровых упражнений направленных на профилактику психофизического и оздоровительного воспитания детей.Разработка стратегического плана оздоровительных мероприятий с часто болеющими детьми на основе взаимодействия с семьей.Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.Ожидаемые результаты работы по оздоровлению и здоровьесбережению детей:Снижение уровня заболеваемости.Расширение знаний взрослых и детей о понятии “здоровья” и влияния образа жизни на состояние здоровья.Умение использовать полученные знания для самооздоровления.Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику.Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.Систематичность и последовательность работы  в течение всего года.Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.Обязательная полная информированность  родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.    Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:     1. Просветительское     2. Культурно - досуговое     3. ПсихофизическоеПросветительское направлениеНаглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)Собеседование (сбор информации)Анкетирование, тесты, опросыБеседыВстречи со специалистамиГазеты (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)Индивидуальные консультации по возникшим вопросамКруглый столДискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровьяКультурно - досуговое направлениеДни открытых дверей.Совместные праздники и развлечения.Организация вечеров вопросов и ответов.Психофизическое направление.Физкультурные досуги, развлечения с участием родителейСпортивные соревнования.Тренинги, семинары - практикумы     Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической  и социальной составляющих здоровья. **Консультация для воспитателей.****« Использование нетрадиционные форм работы с родителями****по здоровьесбережению»**Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека.Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. И, конечно же, ответственность за здоровье детей, в первую очередь лежит на родителях. Часто знания взрослых о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Ценностные ориентации относительно значимости здоровья не актуальны и в этой связи не реализованы в повседневной жизни родителей.Здоровье детей – это цель, где, безусловно, сходятся интересы семьи и детского сада.Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад. Лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни. По мнению ученых, дошкольный возраст относится к так называемым "критическим" периодам жизни ребенка. В данном возрастном периоде происходит нарастание силы и подвижности нервных процессов, формирование нервной высшей деятельности. Нервные процессы отличаются быстрой истощаемостью. Поэтому эмоциональное перенапряжение сопряжено с ростом частоты пограничных состояний и невротических реакций. Вместе с тем это время, в течение которого ребенок находится в полной зависимости от окружающих взрослых - родителей, педагогов. Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Важным элементом семейного уклада является физическое воспитание. Оно способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.Поэтому роль родителей в сохранении и укреплении здоровья ребёнка при поддержке детского сада состоит в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов дошкольного учреждения в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребёнка.Важным условием успешной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у них потребности в здоровом образе жизни является и то, что "здоровый образ жизни" должен стать стилем жизни окружающих его людей, воспитателей и родителей.Сформировать у детей привычки, которые сохраняют и укрепляют здоровье с детства: соблюдение режима дня, правильное питание, закаливание, потребность в движении, разумное отношение к своему организму, владение необходимыми санитарно-гигиеническими навыками.Родители знают и понимают важность оздоровительных мероприятий, но при этом, более 80% не делают утреннюю гимнастику, не имеют дома элементарных спортивных снарядов, не посещают в выходные дни спортивные учреждения. Более 60% не соблюдают режим дня и питания. Основным профилактическим мероприятием в семье является вакцинация. Данное отношение родителей к вопросам здоровьесбережения напрямую влияет на здоровье детей. Знания родителей дошкольников о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями и в этой связи не реализуются в повседневной жизнедеятельности. Родители должны поддерживать в домашних условиях принципы формирования здорового образа жизни.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 в комплексе: детский сад, семья.Система здоровьесбережения должна быть понята не только педагогическим персоналом, но и родителями; когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду. Одним из главных путей повышения взаимодействия ДОУ и семьи является использование нетрадиционных форм и средств работы с родителями по формированию здорового образа жизни дошкольников. Существуют разнообразные формы работы с родителями: коллективные, индивидуальные, наглядно-информационные. Важно помнить, что родителям необходима не только теоретическая информация, но, что главное, практические навыки. Основные принципы при работе с семьей.1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо поняты не только воспитателями, но и родителями, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **С какой целью используется эта форма** | **Основные задачи** | **Формы проведения общения** |
| ***Информационно-аналитические*** | Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности | Сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника. Только на аналитической основе возможно осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребенку в условиях дошкольного учреждения, повышение эффективности воспитательно-образовательной работы с детьми и построение грамотного общения с их родителями. | Проведение социологических срезов, опросов, "Почтовый ящик" |
| ***Досуговые*** | Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми | Установление теплых неформальных отношений между педагогами и родителями, а также более доверительных отношений между родителями и детьми. Использование досуговых форм способствует тому, что благодаря установлению позитивной эмоциональной атмосферы родители становятся более открытыми для общения, в дальнейшем педагогам проще налаживать с ними контакты, предоставлять педагогическую информацию | Совместные досуги, праздники, участие родителей и детей в выставках |
| ***Познавательные*** | Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей | Предназначены для ознакомления родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания для формирования у родителей практических навыков. Основная роль продолжает принадлежать таким коллективным формам общения, как собрания, групповые консультации и др. Данные формы использовались и раньше. Однако сегодня изменились принципы, на основе которых строится общение педагогов и родителей. К ним относятся общение на основе диалога, открытость, искренность в общении, отказ от критики и оценки партнера по общению. Поэтому данные формы рассматриваются нами как нетрадиционные. | Семинары-практикумы, педагогический брифинг, педагогическая гостиная, проведение собраний, консультаций в нетрадиционной форме, устные педагогические журналы, игры с педагогическим содержанием, педагогическая библиотека для родителей |
| ***Наглядно-информационные: информационно-ознакомительные; информационно-просветительские*** | Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, особенностями воспитания детей. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей | ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях дошкольного учреждения, позволяют правильнее оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективнее увидеть деятельность воспитателя. | Информационные проекты для родителей, организация дней (недель) открытых дверей, открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей. Выпуск газет, организация мини-библиотек |

|  |
| --- |
| 2. Системность и последовательность работы3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье.4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителейМетодика контактного взаимодействия с родителями. • Доверительное общение не может быть навязано, оно должно возникнуть как естественное желание другой стороны;• Процесс контактирования проходит в своем развитии определенные этапы. Задержка или попытка проскочить тот или иной этап может разрушить взаимодействие;• Процесс взаимодействия должен развиваться последовательно, а переход в другую стадию возможен только при наличии определенных промежуточных результатов.Из перечисленного выше можно сделать вывод, что оказание реальной помощи родителям становится возможным только при условии взаимодействия, установлении доверительных отношений.**Нетрадиционные формы организации общения педагогов и родителей**С помощью данных форм работы с родителями, можно считать, что мы решаем, основную задачу дошкольного учреждения – оздоровление, обеспечение разностороннего физического развития ребенка.**В свою очередь родители воспитанников должны:**1. Понимать, чувствовать и любить своего ребенка, опираться на его достоинства, а не на его недостатки. 2. Вести здоровый образ жизни, показывая тем самым пример ребенку (соблюдать режимные моменты, делать зарядку, заниматься закаливанием, спортом, ходить в походы, общаться с природой в любое время года, чаще ходить на прогулки).3. Заниматься профилактикой заболеваний в семье. 4. Заботиться о нравственном, психическом и физическом здоровье ребенка. 5. Осуществлять духовное общение с ребенком, оказывать помощь в освоении различных уровней культуры (бытовой, социальной, национальной, гражданской, культуры пола) .6. Интересоваться проблемами ребенка, оказывать ему своевременную помощь в их решении. 7. Уметь встать на место ребенка в той или иной ситуации для верного ее разрешения. 8. Научить верить в себя и свои возможности, способствовать реализации заложенных в ребенке способностей. 9. Владеть своими чувствами. 10. Своевременно информировать воспитателей о проблемах здоровья ребенка, обращаться за помощью к врачам. 11. Организовать полноценный досуг ребенка. Полноценное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – это то, к чему стремятся сознательные родители. Для реализации этой цели нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания. Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и дошкольного учреждения. В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка, очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни дошкольника в детском саду. Родителям необходимо стремиться как можно больше времени проводить с ребенком!  |