Консультация для родителей

Система работы по валеологическому  
воспитанию детей и просвещению родителей

Здоровье каждого человека во многом зависит от его образа жизни, и никакие врачи, никакие лекарства не помогут, если сам человек пренебрегает своим здоровьем, нарушает нормы здорового образа жизни.

Известно, что формирование здоровых привычек начинается с детства и это, прежде всего, проблема воспитательная. Следовательно, это моя работа.

Для научного обеспечения оздоровительной функции ДОУ разработана концепция педагогической валеологии. Её основу составляет валеология - наука о здоровье.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети.

Главными воспитателями ребёнка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребёнка, какое внимание уделяют родители здоровью ребёнка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребёнка, к которому его приучают в ДОУ, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребёнка.

Повышение психолого-педагогической компетентности родителей, привлечение их к активному участию в воспитательно-образовательном процессе является составной частью валеологического просвещения по приобщению к здоровому образу жизни.

Информационно-просветительская деятельность выражается в

формировании у родителей здорового образа жизни как ценности,

в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в ДОУ,

информировании о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребёнка,

привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках

Мы используем разнообразные формы взаимодействия с родителями , как индивидуальные, так и групповые. Наряду с традиционными формами , такими как родительские собрания, консультации устные и письменные, семинары-практикумы, папки-передвижки, спортивные праздники, развлечения, буклеты, выпуск газеты и др., мы стараемся использовать больше интерактивных форм взаимодействия :

-***фотоконкурсы*** на тему приобщения детей к спорту и ЗОЖ,

- различные ***акции***, например, ежегодно мы вовлекаем родителей в участие во всероссийской акции "Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам";

проводим в форме деловых игр, с использованием тренингов. (дистанционно)

Одной из эффективных форм вовлечения родителей в образовательный процесс является **проектная деятельность . Родители дома готовят проэкт.**

Так недавно мы реализовали интересный **проект "Спортивный портрет моей семьи"**. В рамках проекта я предложила семьям, которые ведут активный образ жизни, составить спортивный портрет своей семьи. Семьи творчески подошли к данному заданию и на итоговом занятии дети презентовали :газету, альбом, фотоколлаж, презентации.

Также немало важной задачей валеологического просвещения родителей является распространение положительного **опыта семейного воспитания.**

Таким образом, использование разнообразных технологии валеологического просвещения родителей позволяет не только на деле осуществить индивидуальный подход к каждому ребенку, но и привлечь родителей к совместным систематическим усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.