**Приобщение воспитанников к ЗОЖ через работу с родителями**

*Воспитатель МДОУ № 62 г. Кандалакша*

*Малинина надежда Ивановна*

Сегодня мы беседуем об организации работы с семьей. Начиная работу в группе раннего возраста, я понимала, что более насущной проблемы для родителей, чем здоровье их детей, нет. По теме **«Приобщение воспитанников к ЗОЖ через работу с родителями»** я работаю второй год. нет. Актуальность темы обусловлена не только тем, что дети в период адаптации начинают чаще болеть, но и тем, что молодые родители хоть и заинтересованы проблемой, не достаточно владеют информацией в вопросах грамотного подхода к формированию здорового образа жизни.

В процессе подготовки к родительскому собранию по теме: «Компоненты формирующие здоровый образ жизни детей раннего возраста», родителям были предложены предварительные задания: заполнить анкету, принести для стенда фотографию ребенка во время прогулки и составить «Кодекс здоровья» малыша. Эти несложные задания позволили понять отношение родителей к здоровому образу жизни и выделить вопросы вызвавшие затруднение.

При заполнении анкеты у 22% родителей вызвали затруднения вопросы о рациональности питания, 64% опрошенных не закаляют детей, потому что не владеют необходимой информацией. (**слайд 2**)

Принесенные фотографии были размещены на стенде: «На прогулку становись! Эй, здоровье, укрепись!». **(слайд 3**) 40% семей наглядно продемонстрировали низкую активность детей на прогулках и организацию полезных игр родителями.

«Кодексы здоровья» показали, что семей действительно имеющих, а главное соблюдающих правила с целью сохранения здоровья –20% (**слайд 4).** Многие правила можно взять самим на заметку, например:

-Кушать овощи и фрукты, про белки не забывать,

Пить кефир, а вечерами лучше раньше лечь в кровать.

-Чтоб здоровье не терять нужно каждый день стараться,

Даже если тяжело, чаще улыбаться!

Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но зачастую родители, занятые работой, с одной стороны, не могут дать ребенку положительный личный пример здорового образа жизни, а с другой - не противостоят отрицательным внешним влияниям. В этой ситуации возрастает роль дошкольного образовательного учреждения в целом и воспитателей в частности.

На родительском собрании к рассмотрению была предложена схема компонентов здорового образа жизни. Какие компоненты назвали бы вы? После полученных ответов - (**слайд 5)**.

Родителям были раскрыты следующие вопросы:

1.Влияние питания на состояние здоровья.

2. Взаимосвязь движения и здоровья.

3.Рациональный режим дня – основа ЗОЖ

4. Решение оздоровительных задач с помощью закаливания.

5. Эмоциональный климат в семье – компонент здоровья.

Результатами собрания стали:

- желание родителей начать избавляться от вредных привычек;

- решение приобрести и изготовить инвентарь для занятий физкультурой и закаливающих процедур;

- провести игровую программу для пап с тематикой « В здоровом теле – здоровый дух».

Весь спортивный инвентарь малыши воспринимают как действие для игры, занимаются физкультурой и закаливающими процедурами с огромным удовольствием: (**слайд 6) фото**

- погремушки;

-массажные коврики;

- ленты;

-массажные мячи;

- платочки.

Массажные коврики используются не только на физкультуре, но и для закаливающих процедур. **(слайд 7) фото**

Расположен инвентарь в зоне двигательной активности. Хотелось бы отметить точку зрения кандидата педагогических наук, зав.кафедрой «здоровье ребенка» Орловского университета Бочаровой Н.И. Она предлагает размещать атрибуты в разных местах, создавая ситуации для активизации двигательной деятельности.

В рамках традиционных акции «Папин Апрель» и «День открытых дверей» была проведена познавательно-развлекательная викторина для пап «Я и мой ребенок».(**слайд 8) фото**. Папы отвечали на серьезные вопросы о питании, навыках гигены своих малышей, выполняли шуточные задания (присесть с ребенком на руках). Компетентное жюри в лице мам выявило «супер - папу», который, к тому же, оказался единственным некурящим среди участников. Я уверена, что игра, экскурсия по группе, чаепитие передружили всех присутствующих. А это непременное условие успешного взаимосотрудничества! Родители предложили такого рода мероприятие сделать традицией группы.

Данный опыт работы с родителями был представлен год назад коллегам на презентации проекта «Даешь ЗОЖ!» и на курсах повышения квалификации воспитателей ДОО, в рамках семинара «Современные подходы в организации образовательного процесса в условиях подготовки к введению ФГОС».

Заинтересованность родителей и эмоциональная отзывчивость детей мотивировали продолжение работы по теме. С сентября 2013 с помощью родителей в группе выпускается «Дневничок – здоровячок». В рубриках «Игры на улице», «Полезное меню» родители делятся своим опытом оздоровительных прогулок с детьми и рецептами полезных детских блюд. Рубрика «Навыки гигиены и самообслуживания» издается в виде таблицы, которая информирует родителей о том, какому навыку следует уделить повышенное внимание ближайшее время.

Я не сомневаюсь в том, что эти формы работы с семьей помогут приблизить еще на несколько шагов моих воспитанников к здоровому образу жизни, и как следствие помочь им вырасти сильными, любознательными и активными детьми. (**слайд 9)**