Тема: **Взаимодействие дошкольной организации и семьи по проблеме приобщения детей старшего дошкольного возраста к**

**здоровому образу жизни.**

Задача формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточна сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать? Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе развития сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Одной из главных задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования является: «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия». Образовательная область «Физическое развитие» направлена на воспитание физической культуры и становление ценностей здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим компонентам здорового образа жизни:

совместные занятия физкультурой, прогулки;

отсутствие вредных привычек у родителей и наглядный пример;

рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна;

дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды;

бережное отношение к окружающей среде, к природе;

медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций;

формирование понятия «не вреди себе сам».

Старший дошкольный возраст – это период интенсивного усвоения самых разных правил, не только учебных, но и общественной жизни. Всю информацию, которую дети этого возраста получают из внешнего мира, они буквально впитывают как губки. Кроме того, дети этого возраста наиболее восприимчивы к тому, что им говорят взрослые. Поэтому профилактику отклоняющегося поведения и злоупотребления психоактивными веществами необходимо проводить уже в старшем дошкольном возрасте.

Детям важно, как они приобретают новые знания. Если этот процесс будет навязанным и вынужденным, дети не усвоят новой информации. Обучение должно приобрести личностный смысл, быть не просто сухой формулой, а живым источником – примером. Профилактика наркомании, алкоголизма и табакокурения, возможна при наличии открытого общения и доверительных отношений в семье: уважение к личности ребенка, с открытого общения и взаимопонимания. Только тогда профилактические мероприятия дадут результат.

Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детской образовательной организации на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Следует особенно выделить, что формирование у детей навыков и привычек ЗОЖ невозможно без тесного сотрудничества дошкольной организации с семьей. Поэтому ознакомление родителей по данному направлению работы с дошкольниками позволяет не только снять конфликтную ситуацию, но и заинтересовать взрослых возможностями их детей, показать достижения и результаты, знания о здоровом образе жизни, организовать совместные физкультурные занятия, спортивные праздники, досуговые мероприятия, игровые программы.

Семья и дошкольное учреждение – два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребёнка необходимо их взаимодействие.

В основе взаимодействия ДОУ и семьи лежит сотрудничество педагогов и родителей, которое предполагает равенство позиций партнеров, уважительное отношение друг к другу взаимодействующих сторон с учетом индивидуальных возможностей и способностей.

Выстраивая взаимодействие с родителями, можно развивать и использовать как традиционные **формы** – это родительские собрания, лекции, практикумы, так и **современные формы** – устные журналы, экскурсии, родительские клубы, акции, оздоровительные мероприятия, игры и т.п.

Наиболее результативной формой взаимодействия в дошкольной организации является **День открытых дверей.** Достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательно-образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Проводится как экскурсия по дошкольному учреждению с посещением группы, где воспитываются дети пришедших родителей. Можно показать фрагмент работы дошкольного учреждения (коллективный труд детей, сборы на прогулку и др.).

Для организации ознакомления дошкольников с основами здорового образа жизни в детском саду созданы следующие условия:

1) музыкально-физкультурный зал;

2) физкультурный уголок в групповой комнате; пособия, которые стимулируют активные движения детей, способствуют закреплению двигательных умений, освоенных на занятиях физкультурой.

3) спортивная площадка (на участке детского сада);

4) медицинский кабинет.

В дошкольной организации проводятся оздоровительные, профилактические и противоэпидемические мероприятия, включающие в себя: систему эффективных закаливающих процедур, разработанных для каждого возраста, с учетом группы здоровья ребенка. Контрастное закаливание ног; ходьба по ребристым дорожкам; контрастные воздушные ванны; влажные обтирания; босохождение; точечный массаж; полоскание горла и рта теплой водой; максимальное пребывание детей на свежем воздухе; мероприятия по укреплению иммунитета в период обострения гриппа; вакцинация детей согласно национальному календарю профилактических прививок. В системе проводились закаливание, утренняя гимнастика, «ленивая» гимнастика после сна, физкультурные занятия и досуги с участием родителей дошкольников.

Анализ среды и условий, а также проводимой работы показал, что в дошкольной организации много делается для воспитания здоровых, всесторонне развитых детей. Здесь они получают полноценный уход, рациональное питание, систематический контроль над развитием и здоровьем. Но, работа по формированию представлений о здоровом образе жизни у дошкольников является фрагментарной, направлена, в основном, на формирование физической культуры и санитарно-гигиенических навыков. Ее содержание не создает у детей целостных представлений о здоровом образе жизни.

Для определения уровня сформированности здорового образа жизни у детей были установлены следующие критерии:

*- низкий уровень*: ребенок имеет бессистемные представления о понятии «здоровье» как состоянии человека, не связывает состояние здоровья с состоянием окружающей среды; не отрицает вредных привычек; не может рассказать о полезных привычках, требуются наводящие вопросы, в оздоровительных мероприятиях участвовать не любит.

- *средний уровень*: ребенок имеет приблизительное представление о понятии «здоровье», связывает его с состоянием человека; имеет небольшое представление о вредных привычках; называет полезные привычки, с помощью взрослого выявляет связь между здоровьем и окружающей средой, при помощи наводящих вопросов называет условия здорового образа жизни, участвует в оздоровительных и закаливающих мероприятиях по настроению.

- *высокий уровень*: ребенок имеет четкое представление о понятии «здоровье» и связывает его с состоянием человека, с состоянием окружающей среды; отрицательно относится к вредным привычкам, уверенно называет полезные привычки, понимает их влиянием на состояние здоровья; настроен на здоровый образ жизни; соблюдает правила гигиены, с радостью принимает участие в оздоровительных и закаливающих мероприятиях.

После проведенной беседы и анализа ответов детей определили уровни сформированности здорового образа жизни у детей старшей группы.

Высокий уровень - 5 чел/ 25%

Средний уровень - 11 чел/ 55%

Низкий - 6 чел/ 30%

Изучение отношения родителей к здоровому образу жизни их семьи производилось с помощью проективной методики «Незаконченные предложения» А. Б.Орлова. В рамках проведения методики каждому родителю было предложено закончить по три предложения: "Здоровая семья – это…». Родители были предупреждены о том, что их ответы не должны уходить от основной темы.

В заключении хочу подвести итоги и сформулировать основные выводы исследования.

Если: учитывать возрастные особенности детей, создавать в дошкольной организации условия для формирования здорового образа жизни, систематически и целенаправленно проводить работу по внедрению здорового образа жизни, с семьями воспитанников то работа по приобщению детей старшего дошкольного возраста к здоровому образу жизни в условиях дошкольной организации и семьи будет эффективной.