**Методические рекомендации для педагогов по формированию навыков ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста в процессе взаимодействия воспитателя с семьей**

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и отсутствие условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению детей должны находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка.

Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов.

Традиционными являются такие формы работы с родителями, как физкультурные досуги и спортивные праздники с участием родителей и сотрудников ДОУ, родительские собрания, консультации, беседы. Но проблема в том, что родители чаще всего выступают в роли зрителей и реже в качестве участников спортивных мероприятий [5;29].

Сегодня, когда родители зачастую испытывают трудности в общении с собственным ребенком, нельзя ограничиваться только пропагандой педагогических знаний, в которой родители лишь пассивные участники. Эффективнее использовать такие формы, на которых знания преподносятся в процессе сотрудничества педагога и родителей, активного взаимодействия взрослого и ребенка. Одной из таких форм являются совместные занятия физическими упражнениями родителей и детей. На них родители приобретают не только теоретические знания, но и овладевают практическими умениями в области физического воспитания детей. А в случае участия педагога и психолога будет происходить коррекция сложившихся семейных отношений между детьми и родителями.

Задачи совместной физкультурно-оздоровительной деятельности детей и родителей:

* содействие вербальному и невербальному общению детей и родителей;
* обогащение двигательного опыта детей и развитие психо­физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, силы;
* развитие у детей психических процессов: внимания, памяти, воображения, мышления;
* формирование у родителей практических умений в области физического воспитания ребенка;
* повышение уровня педагогической и психологической культуры родителей;
* развитие у детей и взрослых творчества в движении;
* содействие формированию гармоничных отношений между детьми и родителями, изменение образа ребенка в представлении родителей в положительную сторону.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно- оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с конкретным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

* участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей - целенаправленную санитарно-просветительскую работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.;
* ознакомление родителей с содержанием физкультурно- оздоровительной работы в образовательном учреждении, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
* обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.);
* ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.).

Для реализации этих задач широко используются:

* информация в родительских уголках, в папках-передвижках, в библиотеке ДОУ;
* памятки и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому воспитанию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
* семинары-практикумы;
* деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми, разбором проблемных ситуаций по видеосъемкам, решением педагогических кроссвордов и т.д.;
* «открытые дни» для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе и в бассейне, закаливающих и лечебных процедур и т.д.;
* совместные физкультурные досуги и праздники и т.д.

Эффективной формой работы с семьей по данному вопросу являются занятия в семейных клубах, позволяющих осуществить полноценный индивидуальный подход к физическому и психическому развитию ребенка через взаимодействие родителей, досконально знающих особенности своего ребенка, и педагогов и медиков, строящих работу на основе профессиональных знаний педагогики, психологии и медицины.

Общение, как известно, процесс двухсторонний, и в нем заинтересованы все участники. Эта заинтересованность касается содержательной и эмоциональной стороны общения. В каждой семье есть газеты, книги, радио, телевизор, поэтому дело не в количестве информации, предлагаемой родителям на занятиях в семейных клубах, а в степени ее новизны, актуальности и неординарности подачи. Поэтому при подготовке к занятиям обращается внимание не только на разработку содержания сообщения, подготовку необходимого оборудования и материалов, но и на аргументированность и доказательность положений, динамизм, умение считаться с позицией другого человека, конструктивно использовать возникающие во время общения проблемные ситуации и спорные мнения. Небольшое количество участников (на одном занятии не более 6-8 семей) способствует активному заинтересованному контакту с каждым, совместному поиску наиболее эффективных решений проблемы для конкретного ребенка.

Занятия в семейных клубах значительно повышают как уровень развития физических качеств детей, так и скорость формирования жизненно важных двигательных навыков. Помощь родителей и их индивидуальный контроль за своим ребенком делают этот процесс весьма эффективным. Кроме того, постоянное наблюдение и страховка позволяют предоставить детям большую свободу действий, что приводит к развитию ловкости и освоению более сложных движений. Не менее важно, что занятия в семейных клубах позволяют ребенку вступать в контакты с детьми из других групп, с разными взрослыми. Такой круг общения создает широкую среду развития, помогает каждому ребенку стать полноценным членом сообщества.

Еще одной формой эффективного взаимодействия с родителями является проведение совместных *акций.*

Акция - комплекс мероприятий, действий, помогающих детям лучше узнать обозначенную проблему, проявить гражданскую позицию, отношение к чему-либо.

Цели и задачи акции: поиск и совершенствование форм работы с семьями воспитанников; популяризация семейных праздников и традиций; поддержка творческих и спортивных достижений семей; пропаганда опыта достойных семейных отношений; выявление семей, сохраняющих традиции семейного воспитания, развивающие увлечения и таланты своих членов.

Совместная деятельность воспитателей и родителей всех возрастных групп при подготовке акции-конкурса включает:

* подбор материалов о здоровом образе жизни;
* включение работы по подготовке акции в занятия;
* выступления родителей-специалистов в данной области перед детьми;
* чтение научной и художественной литературы;
* рисование и выставку рисунков детей;
* придумывание макетов семейных газет;
* создание газет совместными усилиями детей и родителей;
* создание и показ плакатов с беседой-разъяснением;
* совместное проведение досуга «Здоровый образ жизни нашей семьи».

Вопросы повышения психолого-педагогической компетенции родителей решают практические семинары. Чтобы семинары были более плодотворными, можно проводить их в форме игровых тренингов и занятий вместе с детьми, ценность которых заключается в том, что они способствуют раскрепощению родителей, позволяют усваивать теоретические знания и осваивать практические умения. Во вводной части используются игровые упражнения, позволяющие родителям вспомнить свое детство, например, «Моя любимая игрушка».

В основной части родителям предлагаются задания и игровые ситуации, помогающие взрослым оценивать воспитательное значение общения со своим ребенком. Так, например, игровая ситуация «Что сказали бы Вы?» позволяет родителям не только выслушать мнение взрослого в конкретной ситуации, но и сопоставить свои высказывания с ответами своих детей на аналогичные вопросы.

Подвижные игры и упражнения на игровом занятии вместе с детьми позволяют родителям быстро освоить разные вариации пальчиковой гимнастики (театр в руке, сюжетные упражнения, самомассажи массаж ладони и стопы) и основы профилактики плоскостопия. В заключительной части семинара подводятся итоги встречи и вручаются родителям буклеты. Практика использования данного вида текстовой информации показывает, что она наиболее эффективна, чем информация на стенде для родителей.

Таким образом, взаимодействие родителей и педагогов в процессе оздоровления и воспитания дошкольников позволяет реализовывать принцип единства требований к физическому воспитанию в ДОУ и семье, учитывать личностно-ориентированную направленность, активно вовлекать родителей в процесс воспитания и обучения как участников единого образовательного пространства, оптимизировать разработку и внедрение совместных видов деятельности воспитателя и родителей.

Таким образом, воспитатель и семья стремятся к достижению полноценного взаимодействия в формировании здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста. Но нередки ещё случаи проявления со стороны педагогов бестактности, нетерпимости, доминирования, непонимания в общении с детьми и их родителями. В свою очередь многие родители не совсем чётко осознают свою гражданскую и личную ответственность за развитие, воспитание и обучение своих детей. Есть такие родители, которые считают своей обязанностью обеспечить детей материально, а воспитание возлагают на педагогов.

И только совместными усилиями, дополняя и поддерживая, друг друга, семья и воспитатель могут достигнуть желаемых результатов. И у родителей, и у педагогов цель одна - благо детей, их полноценное и гармоничное развитие.