Введение

 В «Программе воспитания и обучения в детском саду» особое значение придается физическому воспитанию,которое строится на основе знаний о возрастных,индивидуальных и психофизиче- ских особенностях дошкольника.

 Физическое воспитание ребенка в условиях учреждений для детей раннего и дошкольного возраста является важной и ответственной задачей общественного воспитания, т.к. все дети, начиная с самого раннего возраста, должны расти здоровыми, крепкими, гармонически развитыми и чтобы они хорошо учились.Именнно в дошкольном возрасте формируется здоровье, общая выносливость, работоспособность , активная жизнедеятельность и др. качества,необходи- мые для всестороннего развития личности.Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными навыками и умениями.

 К моменту поступления в школу дети должны овладеть определенным запасом двигательных умений и навыков, которые позволят им адаптироваться к новым условиям и требованиям, предъявляемым к учебной деятельности, помогут более успешно усваивать школьную программу не только на первых, но и на последующих этапах обучения,проявления интереса к самостоятель- ным занятиям физическими упражнениями и в частности всей физкультурно –спортивной деятельности.

**Глава 1.Характеристика понятий физическое воспитание**

**1.1.Определение понятий: «физическая культура», «физическое воспитание»**

 Самым широким понятием, из всех понятий теории физического воспитания является физиче- ская культура.Оно включает в себя содержание всех рассмотренных ниже понятий.

 Физическая культура – это часть общей культуры, совокупность достижений общества в области физического совершенствования человека , накопленных в процессе общественно - исторической практики (А.В.Кенеман).К материальным ценностям относятся: спортивные сооружения (стадионы,спортивные залы,бассейны и др.), инвентарь,(специальная одежда, обувь и др.).К духовным ценностям принадлежат: наука, произведения искусства.

 Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движением,воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности физкультурных занятий. (рис 1).Таким образом, физическое воспитание – это наука об общих законах управления процессом физического совершенствования человека.

 Физическое развитие- это процесс изменения форм и функций организма человека в течении всей жизни.

 Физическая подготовка – прикладная направленность физического воспитания по отношения к трудовой или иной деятельности , требующей физической подготовленности.

 Физическая подготовленность – это уровень развития двигательных навыков, умений, физических качеств.

 Физическое совершенство – это исторически обусловленный уровень физического развития и высокая степень здоровья (А.В.Кенеман).

 ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Физическое образование Воспитание физических качеств

1.формирование спортивных двигательных навыков 1. Сила

2.формирование жизненно важных двигательных 2. Быстрота

 умений и навыков 3. Выносливость

3.передача специальных физкультурных знаний 4. Ловкость

 5. гибкость

Рис.1.Физическое воспитание как педагогический процесс целенаправленнного формирования двигательных умений и навыков и развития физических качеств человека (Ж.К.Холодов).

 При обучении движениями имеющими смысловое значение , важными для жизни или спорта двигательными действиями , занимающиеся приобретают умения рационально и полноценно проявлять свои физические качества .Одновременно с этим они познают закономерности движений своего тела.

 Воспитание физических качеств является не менее существенной стороной физического воспитания. Целенаправленное управление прогрессирующим развитием силы, быстроты, выносливости и др. физических качеств затрагивает комплекс естественных свойств организма и тем самым обуславливает количественные изменения его функциональных возможностей.

 Все физические качества являются врожденными, т.е. даны человеку в виде природных задатков, которые необходимо развивать, совершенствовать.

 В процессе физического воспитания приобретается также широкий круг физкультурных и спортивных знаний социологического, гигиенического, медико-биологического и методического содержания. Знания делают процесс занятий физическими упражнениями более осмысленными и силу этого более результативным.

 Теория физического воспитания детей дошкольного возраста имеет единое содержание и предмет изучения с общей теорией физического воспитания, вместе с тем специально изучает закономерности физического воспитания ребенка во всех его возрастных периодах (от рождения до 7 лет).

 Физическое воспитание детей дошкольного возраста - наука об общих закономерностях физического воспитания ребенка. В соответствие с этими теория физического воспитания детей раннего возраста познает общие закономерности управления развитием ребенка в процессе воспитания и обучения.

 Теория физического воспитания детей определяет задачи физического воспитания, раскрываем их сущность, наиболее эффективные средства, методы, формы организации всего процесса физического воспитания.

 **1.2.Цели и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста**

 Физическое воспитание детей раннего возраста непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями , получаемыми путем исследований , охватывающих многообразные стороны физического воспитания ребенка и особенно формирования его двигательных навыков.

 Таким образом, теория физического воспитания детей дошкольного возраста, познавая закономерности развития ребенка, выделяя и обосновывая все самое существенное, содействует совершенствованию всей системы физического воспитания (А.В.Кенеман).

 Физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место в общей системе Российского воспитания. Этот возраст охватывает период от рождения до 7 лет. Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность, осуществляется наиболее интенсивный рост и развития важнейших систем организма и их функций, закладывается вся база для всестороннего развития физических и духовных способностей и другое, что необходимо для всестороннего гармонического развития личности.И, как уже было выше сказано , физическое воспитания является основой всестороннего развития ребенка в первые годы жизни,т.к. организованные физкультурные занятия в яслях, детских садиках и семьях улучшают деятельность всех физиологических функций организма ребенка тем самым, повышая устойчивость ребенка к заболеваниям. В связи с этим в системе физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста осуществляется единая цель – подготовка к жизни, труду, овладения определенным запасом двигательных навыков и умений в момент поступления в школу, которые помогут более успешно усвоить школьную программу на последующих этапах обучения, проявления интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в частности всей культурно - оздоровительной деятельности.

 Для решения цели физического воспитания детей дошкольного возраста, решаются основные задачи физического воспитания, которые должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, трудового и эстетического воспитания. Основными задачами физического воспитания являются :

* Укрепление и охрана здоровья ребенка, закаливание организма;
* Достижение полноценного физического развития (телосложения, физической и умственной работоспособности ребенка);
* Создание условий для целесообразной двигательной активности детей;
* Формирование жизненно необходимых видов двигательных действий: ходьбы, бега, прыжков, ползания и лазания, бросания, ловли и метания,ходьбы на лыжах, плавания, езде на велосипеде;
* Формирования широкого круга игровых действий;
* Развитие физических (двигательных ) качеств: ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств;
* Содействию формированию правильной осанки и предупреждение плоскостопия;
* Формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, обоснованных гигиенических требованиях и правилах;
* Воспитания интереса к активной деятельности и потребности в ней.

В дошкольном возрасте осуществляются общие задачи физического воспитания:оздоро-вительные, образовательные и воспитательные.

 Главной задачей физического воспитания дошкольников является охрана жизни и укрепления здоровья, закаливание организма детей, которая относится к общей оздоровительной задаче.Хорошее здоровье определяется нормальной работой всех органов и систем организма.

 Исходя из особенностей детского организма, задачи укрепления здоровья определяется в более конкретной форме по каждой системе: укреплять опорно-двигательный аппарат и формировать правильную осанку;развивать все группы мышц; укреплять дыхательную систему, развивать подвижность грудной клетка; способствовать правильному функционированию внутренних органов; способствовать уравновешенности процессов возбуждения и торможения, подвижности их, а также совершенствованию двигательного анализатора органов чувств (зрения, слух и др.); способствовать усилению тока крови к сердцу, улучшению ритмичности его сокращения и способности, приспосаб-ливается к внезапно изменившейся нагрузки; воспитывать физические способности (координационных, скоростных и выносливости).

 В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста также решаются образовательные задачи: формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков, прививание навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о физическом воспитании.

 У детей двигательные навыки формируются сравнительно легко.Двигательные навыки облегчают связь с окружающей средой и способствуют ее познанию: так , ребенок,поучившись ползать , сам приближается к тем предметам, которые его интересуют, и знакомится с ними.

 Правильное выполнение физических упражнений эффективно влияет на развитие мышц, связок, суставов костной системы.Например, умение ребенка правильно метать на дальность способствует лучшему развитию соответствующих групп мышц, связок, суставов.

 Сформированные двигательные навыки позволяют экономить физические силы ребенка. Если ребенок выполняет упражнения легко, без напряжения, то он тратит меньше нервной энергии.Благодаря этому создается возможность повторять упражнения большее количество раз.

 Двигательные навыки, сформированные до 7 лет, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе, и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте.

 Детям дошкольного возраста важно сообщать элементарные знания, связанные с физическим воспитанием. Важно, чтобы дети знали о пользе занятий, о значение физических упражнений и др. средств физического воспитания, имели представление о правильной осанке, технике движений, о правилах подвижных игр, а также элементарные знания о личной гигиене.

 В процессе физического воспитания не менее важно решать широкие воспитательные задачи. Необходимо вырабатывать у детей потребность , привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, развивать умения самостоятельно заниматься этими упражнениями в детском учреждении и дома.

 Умственное и физическое воспитание тесно связаны между собой.Необходимо воспитывать у детей творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в двигательной деятельности.

 В процессе физического воспитания осуществляется трудовое воспитание.Подготовка к труду заключается в том , что у детей развивается способность у быстрому овладению двигательными навыками и воспитываются физические качества необходимые для труда.

 Оздоровительные , образовательные и воспитательные задачи очень тесно взаимосвязаны между собой. Процесс физического воспитания детей дошкольного возраста должен строиться так, чтобы одновременно решались все перечисленные задачи. Только в этом случае ребенок приобретает необходимую базу для дальнейшего всестороннего развития, не только физического , но и духовного (А.В.Канеман).

 **Глава 2.Формы, средства, методы и приемы физического воспитания.**

 Эффективность решения задач направленного использования физической культуры в раннем и дошкольном возрасте зависит от организаций целесообразного двигательного режима.

 Формы организации физического воспитания представляют собой воспитательно- образовательный комплекс разнообразной деятельности детей, основу которого составляет двигательная активность ребенка .Совокупность этих форм создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

 К формам организации физического воспитания детей относятся : физкультурные занятия; физкультурно- оздоровительные мероприятия ( утренняя гимнастика, физкультминутки, закали- вающие процедуры) и повседневная работа по физическому воспитанию детей ( подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа с детьми, самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений).

 Физкультурные занятия.

 Основной формой систематического обучения детей физическими упражнениями, являются физкультурные занятия. Специальной задачей этих занятий является обучение детей всех возрастных групп правильными двигательными навыками и воспитания физических качеств.

 Значения занятий заключаются в систематическом осуществлении взаимосвязанных оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление здоровья ребенка, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание положительного отношения к физкультуре и спорту.

 Осуществление оздоровительных задач достигается на занятиях путем разносторонней двигательной деятельности детей, содействующей повышению всех физиологических процессов в организме, усилению его жизнедеятельности, в оптимальных гигиенических условиях.

 Воспитательно – образовательные задачи решаются путем формирования морально-волевых черт личности ребенка в процессе занятий, сообщения некоторых элементарных знаний и терминов из области физкультуры и спорта, воспитание правильных двигательных навыков и физических качеств.

 Физкультурные занятия разнообразны по содержанию. Структура занятия заключается в последовательном выполнении детьми физических упражнений.Она определяется поставленными задачами и особенностями работоспособности нервной системы и всего организма ребенка на каждом отдельном этапе возрастного развития.

 Чтобы физкультурные занятия отвечала поставленным воспитательно- образовательным и оздоровительным задачам, они должны быть интересны, вызывать у детей определенный эмоциональный подъем.

 По «Программе воспитания в детском саду» физкультурные занятия проводятся два раза в неделю.Одно из занятий может сопровождаться музыкой.

 Физкультурно- оздоровительные мероприятия.

 К физкультурно – оздоровительным мероприятиям относятся: утренняя гимнастика, физкульминутки, закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями.

 Утренняя гимнастика является обязательной частью ежедневного режима ребенка в семье, яслях, детском саду.Утренняя гимнастика влияет на формирование правильной осанки, углубляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ.Зарядка воспитывает у детей внимание, целеустремленность , способствует повышению умственной деятельности, вызывает эмоции и радостные ощущения.

 Значение физкультминутки (кратковременные физические упражнения) заключается в смене характера деятельности и позы ребенка путем двигательной активности, снимающей утомления.Физкультминутка направлена на внимание, состояния всего организма.Выполнения физических упражнений или подвижная игра вызывает активную работу мышц, а это в свою очередь усиливает кровообращение и тем самым повышает интенсивность работы сердца, дыхания.Все вместе влияет на восстановление эмоционально – положительного состояния психики ребенка, повышение умственной деятельности и общего физического состояния. Усталость исчезает, ребенок отдохнул и снова охотно занимается.

 Закаливающие процедуры в сочетание с физическими упражнениями также играют немалую роль в физкультурно – оздоровительных мероприятиях. В дошкольных учреждениях в целях закаливания детей используются воздушные ванны, водные процедуры и солнечные ванны.

 Наши дети постоянно окружены заботой и любовью родителей.И это очень верно- ведь у детей есть право на счастливое детство.Родительская любовь не знает границ, но часто она бывает неразумной. Не всегда легко понять ребенка и определить , какие средства в данную минуту будут наиболее уместны для того, чтобы своевременно заложить в нем необходимый фундамент физического и духовного развития.

 Побудить к совместным занятиям физическими упражнениями родителей с ребенком, являют- ся источником радости обогащения и оздоровления семейной жизни.

 ЗАДАЧИ :

* Объяснить родителям о необходимости заботиться о правильном развитии у ребенка основных дыхательных навыков начиная с младенческого возраста;
* Убедить родителей в том, что систематические занятия физической культурой помогает детям приобрести двигательный опыт, развивать ловкость, быстроту, динамическую силу, вырабатывать смелость.

 Роль семьи в воспитании ребенка

* Всестороннее воспитание ребенка, подготовка его к жизни в обществе - главная социальная задача, решаемая обществом и семьей.

Семью укрепляют общие дела и заботы, будни, наполненные полезным содержанием, совместный досуг и отдых, поэтому воспитатели расценивают организацию совместного досуга как не только средство воспитания ребенка , но и как средство укрепления здоровья семьи.Физическое воспитание имеет большое значение для семьи.

 Воспитывать ребенка здоровым – значит, с раннего детства научить его вести здоровый образ жизни. Его основные компоненты:

* Рациональный режим;
* Систематические физкультурные занятия;
* Использование эффективной системы закаливания;
* Правильное питание;
* Благоприятная психологическая обстановка в семье.

**ЗАКАЛИВАНИЕ.**

 Закаливание – это комплексная система оздоровительных воздействий , направленных на достижение устойчивости, невосприимчивости организма к вредным для здоровья метеорологическим и другим факторам.Что происходит в организме при закаливании? Прежде всего, тренируются нервные окончания, чувствительные к температурным воздействиям.Одновременно природные факторы – солнце, воздух и вода - действуют на сосудистый аппарат кожи и подкожной клетчатки.

 Закаливание может проводиться с помощью окружающего воздуха. В помещениях для детей его температура не должна превышать 20 ( это максимум для детей раннего возраста) и 18 (для дошкольного и школьного возраста).Основу традиционного метода воздушных ванн для закаливания детей постепенное снижение температуры воздуха от +20 до +10 с разной длительностью пребывания детей в облегченной одежде.

 Хорошим закаливающим и общеукрепляющим средством могут быть – при соблюдении правил их выполнения – солнечные ванны.Полезно принимать солнечные ванны в движении – в подвижных играх или заниматься физкультурными упражнениями.На голове ребенка должна быть легкая шапочка.

 Более сильным, чем воздух , закаливающим средством является вода, теплопроводность которой в 28 раз выше.Все традиционные методы водного закаливания делятся на общие и местные. К первым относятся обтирания, обливания, души, купания; ко вторым - умывание, мытье рук и ног, игры с водой.Достаточно эффективными для закаливания детей могут служить такие простейшие способы, как обмывание стоп и голеней при постепенном снижении температуры воды ( до 0,5 – 1 мин), а также полоскание горла – сначала теплой , а затем прохладной водой.

 Наиболее сильным оздоравливающим и закаливающим средством является купание в водоеме.Для здорового ребенка оно допустимо в возрасте от 2 лет при температуре воздуха 25 – 28 и воды не менее 22.

 Существует ряд методик применения контрастного душа, но все они требуют специальной подготовки детей к этой сильной закаливающей процедуре.Начинать можно с известной процедуре контрастных ножных ванн с поочередным погружением ног ребенка в тазы с водой разной температуры ( 34- 36 и 18 -20).

 И так,солнце, воздух и вода, тепло и холод могут и должны быть друзьями ребенка с первых дней его жизни. Задача родителей – в содружестве с медиками и педагогами сделать все возможное, чтобы закаливание стало обязательным компонентом здорового образа жизни наших детей.

**РЕЖИМ ДНЯ**

 Великий физиолог И.П.Павлов не раз говорил, что ничто так не облегчает работу нервных клеток головного мозга, как определенный распорядок жизни.

 Если не налажено правильное чередование различных видов деятельности, если продолжительность ночного сна недостаточна, если мало отводится времени для отдыха на открытом воздухе – все это приводит к тому , что нервная система быстро истощается.Результат – снижение работоспособности. Вот почему семья, также как и дошкольное учреждение, должна обратить серьезное внимание на организацию времени бодрствования и сна ребенка.

 Правильно организовать режим – это :

* Обеспечить ему достаточный по продолжительности сон со строго установленным временем подъема и отдыха ко сну;
* Предусмотреть регулярный прием пищи;
* Установить определенное время занятий;
* Выделить время для отдыха на открытом воздухе, творческой деятельности, свободных занятий .

Конечно, трудно приучить ребенка следовать всем пунктам режима; но если проявить настойчивость, ему будет легче и легче это делать – начинает играть свою роль привычка, и ребенок поймет, что режим помогает.

**РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ.**

 Правильное питание – важнейший залог формирования здорового организма.В дошкольном возрасте в связи с усилением энергетического обмена потребность в пищевых веществах увеличивается; это, в свою очередь обусловливает необходимость увеличения количества таких продуктов, как мясо, рыба и крупы , и постепенного снижения потребления молока.

 На завтрак – каши, яйца (лучше сваренные вкрутую),блюда из творога, мяса, рыбы, чай или кофейный напиток с молоком, хлеб с маслом , сыром.Обед: овощной салат, мясной, куриный или рыбный бульон с овощами, крупами, второе блюдо из мяса, птицы или рыбы с гарниром и десерт в виде киселя, компота, свежих фруктов или ягод, фруктовое пюре. В полдник ребенок выпивает стакан молока, кефира или простокваши, съедает печенье, ватрушку или булочку, фрукты. На ужин лучше давать овощные или крупяные блюда в зависимости от завтрака; мясные и рыбные блюда, особенно в жареном виде, вечером давать не следует.

 Подводя итог, напомним основные принципы правильного питания детей.Оно должно быть разнообразным, не избыточным, с достаточным количеством овощей и фруктов. Все используемые продукты растительного и животного происхождения должны быть свежими и доброкачественными, приготовленными по технологии, сохраняющей их пищевую и биологическую ценность.Рафинированные продукты питания (сладости, копчености, мясные и рыбные консервы и др.). не стоит включать в рацион, особенно детей дошкольного и младшего школьного возраста, а блюда с острыми специями – вплоть до подросткового возраста.Целесообразно придерживаться 4- разового питания.

 Пешие прогулки, более длительные походы являются одной из форм активного отдыха, рационального использования свободного времени для укрепления здоровья.

 Туристические походы формируют чувства коллективизма, ответственности, взаимопомощи. Трудности похода вырабатывают выдержку, настойчивость, выносливость, сочетает в себе познавательную и двигательную активность. Дети учатся подмечать интерестное в пейзаже, во встреченных на туристических тропинках корнях и ветках деревьев, камней, листьях.

**ПЛАВАНИЕ**

 Влияние плавания на организм человека благотворно и разнообразно.При плавании тело человека в водной среде располагается горизонтально и этим позвоночник освобождается от нагрузки массы тела; создает благоприятные условия для формирование правильной осанки. Под воздействием воды активизируется кровообращение в сосудах кожи, омывается и массируется водой. Дыхательная система под влиянием выдоха в воду и преодоления ее сопротивления заметно укрепляет, увеличивается глубина дыхания. Пребывание в воде закаляет организм, совершенствует его терморегуляцию, повышает устойчивость к холоду, изменению температуры. Во время плавания активизируется обмен веществ, деятельность всей нервной системы, упражняются многие группы мышц, суставы и связки.Длительные повторения определенных циклов движений повышают выносливость организма и сопротивляемость его простудным заболеваниям.

**БЕГ.**

 Бег- одно из важных для здоровья ребенка движений, позволяющих хорошо регулировать нагрузку, укрепляющих сердечно- сосудистую и дыхательную системы, различные группы мышц, суставы и связки.Бег – естественное движение, привычное для детей с раннего возраста. По возможности надо чаще использовать бег босиком по песку, мелкой воде, земляным и травянистым дорожкам с поворотами и уклонами, убедившись в отсутствии предметов, могущих привести к травмам. Тренировки в беге желательно проводить в теплое время года, весной и осенью, не боясь мелкого моросящего дождя. Помимо закаливания, бег в неблагоприятных условиях укрепляет характер детей, их настойчивость, выдержку, создает привычку ежедневно заниматься физическими упражнениями.

 Было доказано, что совместные занятия родителей с детьми приносят следующие положительные результаты:

* Пробуждают у родителей интерес к уровню «двигательной зрелости» детей и способствует развитию у детей двигательных навыков в соответствии с их возрастом и способностями;
* Углубляет взаимосвязь родителей и детей;
* Предоставляют возможность позаниматься физкультурой за короткий отрезок времени не только ребенку, но и взрослому;
* Родитель показывает ребенку те или иные упражнения и выполняет большинство из них вместе с ним;
* Позволяет с пользой проводить свободное время, которое мать или отец посвящают ребенку, служат взаимообогащению , способствуют всестороннему развитию ребенка.

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ С СЕМЬЕЙ.**

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

 Дошкольное учреждение играет важную роль в развитии ребенка.Здесь он получает образова-ние, приобретает умения взаимодействия с другими детьми и взрослыми, организовывать собственную деятельность.Гармоничное развитие дошкольника без активного участия его родителей в образовательном процессе вряд ли возможно.

 Роль семьи в воспитании и развитии ребенка также нельзя недооценивать. Главной особенностью семейного воспитания признается особый эмоциональный микроклимат, благо-даря которому у ребенка формируется отношение к себе, что определяет его чувство самооценки Важность семейного воспитания в процессе развития детей определяет важность взаимодействия семьи и дошкольного учреждения.

 Правовое воспитание в семье и в ДОУ.

 Права детей дошкольного возраста в детском саду и семье зачастую нарушаются.Сократилась система учреждений социальной сферы.Если до 90-х годов ХХ века охват детей дошкольным образование составлял 70 %, то в настоящее время он снизился до 50 %, и дети все чаще остаются без надзора. В результате у большинства родителей вызывают отчаяние те или иные проявления в поведении ребенка. Не зная как вести себя в трудных ситуациях, родители нередко используют телесные наказания, угрожают детям, запугивают их и проявляют чрезмерную строгость.Подобная ситуация очень опасна как для здоровья ребенка, так и для развития его личности.Права и достоинства ребенка защищает международное и российское законодательство.

 Семейный кодекс РФ (1996г.)- оговаривает, что родители не в праве причинить вред психическому и физическому здоровью детей, их нравственному развитию.

 В соответствии с Законом «Об образовании» и Типовым положением о ДОУ, в Уставе детского сада должны быть представлены права и обязанности всех участников образовательного процесса: детей, педагогов, родителей.В трудовом договоре, а также в договоре с родителями должны быть оговорены условия сохранения защиты прав и достоинства ребенка.

 Трудовое воспитание в ДОУ и в семье.

 Цели воспитания детей в дошкольном учреждении и в семье едины: и педагог, и родители хотят видеть своего ребенка трудолюбивым, обладающим навыками доступного им труда, с уважение относиться к труду людей, проявляющим бережное отношение к результатам труда, оказывающим помощь взрослым в семье.Работа с семьями дошкольников организуется на основе принципов:

* Параллельности воздействия дошкольного учреждения и семьи на детей;
* Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи на детей;
* Организация совместной деятельности взрослых и детей в дошкольном учреждении и в семье.

 Воспитание самостоятельности дошкольников.

 С первых дней пребывания в ДОУ воспитатель ставит задачу обучения малышей элементарными навыками самообслуживания.В ДОУ дети постепенно овладевают навыками раздевания и одевания,уборки игрушек после игры и др.Но успешное приобретение малышами таких навыков возможно только при наличии единства в работе с семьей.Педагог разъесняет родителям, как важно поддерживать у малышей стремление к самостоятельности, опираясь при этом на детское «я сам», не дать угаснуть этому проявлению растущей потребности проявить независимость от взрослого.Чем старше становится ребенок, тем все больше возможностей для воспитания самостоятельности.

 Принцип взаимодополнения.Жизнь ребенка в ДОУ, и в семье содержит в себе большие возможности для включения его в труд, направленный на удовлетворение потребностей коллектива.Но содержание труда различно, и это сказывается на формировании различных трудовых навыков у дошкольника…

 Организация физического воспитания детей в семье и ДОУ.

 Создание благоприятных педагогических условий для физического воспитания детей только в рамках дошкольного учреждения не является достаточно эффективной мерой.Ведь часть времени дети проводят в семье, и на родителей ложится особая ответственность за организацию физкультурно- оздоровительной работы с ними.Основными компонентами предметно- развивающей среды обеспечивающей физическое воспитание детей дома, являются физкультурно – оздоровительные комплексы «Домашний стадион», мячи, санки, велосипеды, лыжи.Но большинство родителей в силу различных причин не могут успешно организовать двигательную деятельность своих детей в соответствии с учетом их возраста и индивидуальных особенностей.Некоторые взрослые предпочитаю занимать позицию стороннего наблюдателя или «контролера». На конкретных примерах надо убеждать родителей, что любой ребенок, даже родившийся ослабленным, может и должен стать физически крепким,гармонически развитым, если приложить к этому усилия. Чрезвычайно важна в воспитании детей роль здорового образа жизни семьи. Элементарные знания о слагаемых здорового образа жизни (рационального питания, соблюдение режима труда и отдыха, достаточная двигательная активность, использование закаливающих средств, умение правильно , без нервного напряжения организовать свое поведение) доступно уже самым маленьким детям.

 Воспитание здорового ребенка в семье.

 Воспитание здорового ребенка в семье включает в себя очень много аспектов.Что можно подразумевать под словосочетание «здоровый ребенок»? В первую очередь, это физическое здоровье малыша. Но и совсем немаловажное значение имеет психическое состояние здоровья ребенка. Большую часть жизни ребенок проводит в семье, через нее он познает мир и получает первые навыки и жизненные установки.Все родители хотят, чтобы их ребенок имел полноценное здоровье и хорошее физическое развитие. Чтобы этого достигнуть необходимо сформировать в семье хороший психоэмоциональный фон, хорошие привычки, организовать физическое воспитание и рациональное питание. От чего зависит правильное воспитание здорового ребенка в семье? Следует учитывать , что на детское здоровье влияют следующие факторы : врожденные физические особенности; условия жизни в семье;соблюдение санитарно – гигиенических норм; уровень развития системы здравоохранения государства; социально – экономическая и экологическая ситуация, сложившаяся в населенном пункте, а также в стране в целом. Безусловно, на некоторые факторы невозможно повлиять силами только родителей ребенка, но создать благоприятный климат в семье под силу всем любящим родителям. Ребенок должен постоянно ощущать любовь, заботу и поддержку со стороны мамы и папы, только в этом случае можно не беспокоиться за психологическое здоровье малыша.Невероятно важно приучить ребенка соблюдать личную гигиену и вести здоровый образ жизни.Очень важное значение имеет распорядок дня, закаливание организма, и безусловно занятия спортом.

 Здоровье каждого человека зависит от его поведения и образа жизни, поэтому необходимо еще с детства прививать ребенку бережное отношение к самому себе и заботу в собственном здоровье. Правильное воспитание здорового ребенка в семье поможет сформировать физически и психически устойчивого члена общества.