Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №1 «Родничок» общеразвивающего вида г.Нурлат РТ

 **«**Здоровые дети - будущее России»

 Алексашкина Ирина Михайловна.

 МАДОУ «Детский сад №1 «Родничок»

 Дошкольный возраст – период наиболее интенсивного становления внутреннего мира ребёнка. Наверстать то, что упустили или изменить в этот период в дальнейшем непросто, а порой и невозможно. Именно в дошкольном возрасте у ребёнка складываются, закрепляются и часто остаются на всю жизнь устойчивые навыки и привычки. Эти привычки могут быть полезными и вредными для всестороннего развития личности ребёнка. А одним из главных условий всестороннего формирования личности является обеспечение его физического развития. Мы, педагоги дошкольных образовательных учреждений, делаем всё необходимое для выполнения этой задачи. Прежде всего соблюдение гигиенического режима т.е. рациональное в соответствии с возрастными особенностями детей распределение времени для сна, еды, различных видов деятельности, отдыха в течении той времени в которой ребёнок пребывает в дошкольном учреждении. Надо чтобы и в семь, так же как и в ДОУ выполнялось основное требование режима – точность во времени и правильное чередование режимных процессов. Но, к сожалению, во многих семьях это не так. Неравномерная занятость взрослых членов семьи, зависящая от характера работа (сменная, суточная, сезонная, ненормированная) создаёт дополнительные трудности в организации и постоянном выполнении режима жизни детей. Ведь большинство родителей после тяжёлого, трудного, рабочего дня вечером забирая своего ребёнка из детского сада и приводя домой, включают ему телевизор или компьютер и усаживают его перед экраном, а сами идут заниматься домашними делами. Удобно – не правда – ли, ребёнок сидит тихо, никому не мешает, особенно тогда если ему купили сегодня новый диск с новыми сериями мультфильмов.

 Да, телевидение, компьютер, видео давно и прочно вошли в обиход малышей, начиная с первых лет жизни. Покупая малышу видеокассеты или компьютерные игр, родители, безусловно, заботятся о его развитии и стремятся занять его чем-то интересным. Однако, если взрослые не будут активно включатся в совместный просмотр телепередач и в компьютерные игры и тем более ограничить время просмотра, это может повлечь за собой печальные последствия, причём не только для физического здоровья ребёнка (нарушение зрения, дефицита движения, испорченная осанка и т.д), но и для его психического развития.

 В нашем детском саду проводится огромная работа для сохранения психического и физического здоровья детей и семьи. Работая в средней группе с сентября 2014 по май 2015 года, мною было проведено 3 родительских собрания, 3 интегрированных занятия для детей и их родителей совместно с психологом, инструктором по физическому воспитанию и с педагогом по художественно-эстетическому воспитанию. Тема родительского собрания напрямую касается воспитания здорового поколения – как будущего России.

 В первом собрании: «За здоровьем в детский сад» была проведена предварительная работа: это подготовка комплекса игровой утренней гимнастики, предложено была родителям сделать небольшое сообщение о семейных способах закаливания ребёнка в домашних условиях, было дано практическое задание приготовить салаты из продуктов с большим содержанием витаминов.

 Вторая совместная встреча с родителями называлась «Босиком к здоровью», которая включала выступление старшей медсестры детского сада о способах закаливания детей в зимнее время. В свою очередь родители обменялись семейным опытом по закаливанию разных методов закаливания дошкольников.

 Тема третьего родительского собрания посвящалась «В поход всей семьёй», где доминировала пропаганда активной формы отдыха на природе с детьми, организовали фото – выставку, сделанную из фотографий отдыха на природе каждой семьи.

 Интегрированные занятия также все проходили с участием родителей. Спортивно-развлекательное занятие, которое называлось: «Всей семьей на старт» проводилось на спортивной площадке детского сада, где мы совместно с инструктором по физическому воспитанию и родителей- активистов составили и провели занятие из двух частей: игры нашего детства (для родителей), игры для всей семьи(командные).

 «Страна вообразилия»- занятие проводилось совместно с психологом, в проведении которой используются опорные картинки, подбирается материал для теста, который проводится с родителями, в итоге результаты ими же и анализируются. Дети и родители по отдельности выполняют рисунки на тему:- «Что приснилось муравью?». По окончании работы, каждый родитель сравнивает свою работу с работой своего ребёнка, и психолог делает оценку об уровне развития воображения и эмоционально - психического состояния ребёнка. На конкретных примерах педагог - психолог разъясняет отражение самочувствия ребёнка и его взаимоотношение с окружающими.

 Занятие «Опускаем руки в краску» с использованием нетрадиционной методики рисования пальцами, проведённое совместно с педагогом по художественно-эстетическому воспитанию, содержал мастер класс для родителей и детей. Дети рисовали портреты своих родителей, а родители - своих детей. По завершению работы, дети объясняют, о выбранных цветах красок для рисования маминого портрета.

 Все эти мероприятия были проведены с целью решения главной задачи, которая стоит перед нами сейчас: в здоровой семье – здоровые дети, а здоровые дети -будущее России. Действительно, информационный бум охватил все слои общества, включая и дошкольников; жить, игнорируя их невозможно. К тому же семейное воспитание зачастую уделяет недостаточно внимания тому, что ребёнок смотрит по телевизору, слушает , в какие компьютерные игры играет, каких литературных и кино героев предпочитает. Однако бессмысленно исключать телевидение и компьютеры из жизни и воспитание дошкольника, но родители должны регулировать отношение ребёнка с телевизором, экраном ноутбука, контролировать, то, что он смотрит. На практике же получается так, что в жизни современной семьи, экран заменяет дошкольнику читаемые ему взрослым сказки, мамины колыбельные, разговоры с папой. Дошкольник, сидящий перед компьютером, телевизором постоянно видит картинки и слышит разговор, но овладение речью происходит только в живом, непосредственном общении с другими людьми. Ребёнку мало только, слушать, ему необходимо участвовать в диалоге. Слова, необращённые к нему лично и не предполагающие его ответа, не затрагивают волю ребёнка и не способствуют развития его речевых навыков. Следовательно, ребёнка можно заинтересовать информационной техникой только тогда, когда он готов использовать её по назначению, как средство получения нужной информации. Гармоничное и полноценное развитие ребёнка возможно только в интенсивном и постоянном живом общении с близкими, взрослыми и со сверстниками. Ведь именно в живом общении, а не просмотре телепередач, именно в непосредственном общении, когда малыш не только слушает другого человека, но и сам отвечает ему, происходит овладение речью у детей.

 Таким образом, состояние здоровья детей, факторы риска развития заболеваний и рекомендаций по их профилактике, вопросы правильного психического и физического воспитания, организации жизни детей, роль семьи и детского учреждения в гармоничном развитие ребёнка и сохранения его здоровья- вот главные задачи, которые не безразличны для будущей России.