Согласно определению Всемирной организации здравоохранения «здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов».

Детство – это уникальный период в жизни человека: именно в это время формируется здоровье, происходит становление личности, опыт детства во многом определяет взрослую жизнь человека.

    Перед педагогами стоит задача создания условий для обеспечения воспитания счастливых, физически, психически, психологически здоровых детей. Эта задача не может быть осуществлена без взаимодействия педагогов и родителей в интересах ребенка.

    Если родители и педагоги объединяют свои усилия и обеспечивают малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную содержательную жизнь в детском саду и дома, то можно с уверенностью сказать, что произошедшие изменения в жизни ребенка – ему на благо.

    Дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, с которым ежедневно вступают в контакт родители и где начинается их систематическое просвещение. Поэтому образовательное учреждение имеет возможность оказывать непосредственное влияние на семьи воспитанников.

Известно, что первоочередной задачей детского сада является укрепление здоровья ребёнка, поэтому очень важна оздорови тельная работа, проводимая в детском саду. Известно, что здоровье формируется под воздействием целого комплекса факторов: особенности внутриутробного развития, наследственная предрасположенность, социальные условия и др. К наиболее значимым внешним факторам, определяющим развитие ребёнка, относится семейное воспитание. Воспитание у дошкольников культуры здоровья без тесного сотрудничества с семьёй практически невозможно.

  А.С. Макаренко в свое время сказал, что пока педагоги обвиняют в плохом воспитании родителей, а родители видят причины неуспеха детей в педагогах, результативного воспитания не будет. Поэтому перед нами встал вопрос, как добиться более тесного контакта с родителями, сделать их своими партнёрами в нашем общем деле. Мы понимаем, что эффективность нашей оздоровительной работы будет во многом зависеть от того, как поддержат и продолжат оздоровление детей родители в семье.

Установив цель - **укрепление здоровья детей** – мы реализуем её посредством взаимосвязанных задач:

1. Формировать поведенческие навыки здорового образа жизни в семье.

2. Способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье.

3. Активизировать родительский интерес к самостоятельному поиску решения проблем здоровья как своих детей. Так и своего собственного.

4. Оказывать адресную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

В соответствии с целью и задачами определены принципы взаимодействия с семьёй:

**1. Принцип партнёрства, взаимопонимания и доверия.** Родители, приведшие ребёнка к нам в группу, очень настороженно относились к нам. Для того, чтобы преодолеть эту отстранённость, нам было необходимо расположить родителей к себе, добиться их доверия и взаимопонимания. Беседуя с мамой или папой об их ребёнке, мы подмечали сильные стороны их ребёнка, присущие только ему особенности. Родители чувствовали внимание к своему ребёнку и к себе и становились более открытыми для общения. Укреплению взаимного доверия между воспитателями и родителями способствуют мероприятия, которые мы проводим вместе с детьми и родителями: кулинарные гостиные, чаепития, песенные посиделки, мастер-классы, вылазки на природу, походы на каток, катание на санках.

**2. Принцип активного слушателя**. Мы стараемся внимательно выслушивать каждого родителя и в беседе «возвращать» то, что они рассказали, обозначив их чувства. Так, мама Максима делится своими переживаниями о том, достаточно ли тщательно одевается её сын на прогулку, ведь он так часто простужается. Беседуя с ней, мы объясняем, что хорошо понимаем её беспокойство и проконтролируем, как Максим одевается.

**3. Принцип согласованности действий.** Мы подробно знакомим родителей с правилами, действующими в нашей группе, на родительских собраниях, в индивидуальных беседах. Родителям будет легче сформировать у ребёнка основы здорового образа жизни. Например, стараемся убедить родителей в необходимости придерживаться режима дня даже дома, чтобы избежать переутомления и капризов ребёнка. Мы заметили, что Настя в последнее время, приходя утром в сад, много капризничает. Беседуя с мамой, выяснили, что несколько дней Настя поздно ложится спатьиз-за подготовки семьи к переезду. Было предложено несколько вариантов решения этой проблемы.

**4. Принцип самовоспитания и самообучения**. Мы призываем родителей признать свои вредные привычки и постараться от них избавиться: ведь на них смотрит их ребёнок. В октябре мы вручили «Письма о закаливании», предложив один из способов закаливания использовать дома и, желательно, вместе со своим ребёнком – малыш почувствует обман, если папа будет говорить о пользе закаливания, лёжа на диване.

**5. Принцип ненавязчивости.** Все свои советы и просьбы мы стараемся облекать в ненавязчивую форму, чтобы избежать принуждения и достичь взаимопонимания и доверия.

**6. Принцип жизненного опыта.** Обладая определённым опытом в воспитании детей, делимся им с родителями и не пренебрегаем опытом самих родителей, внимательно выслушивая их. Так, мама Люси обсуждала с воспитателем как лучше закаливать дочь. К беседе подключилась мама Алёны, которая поделилась опытом закаливания своей дочери.

**7. Принцип безусловного принятия ребёнка.** Этого принципа мы придерживаемся в своей работе и объясняем родителям, что принимать ребёнка – значит любить его не за что-то, а просто так, за то, что он есть.

На начальном этапе работы с семьями группы нашей основной целью было налаживание взаимопонимания между нами и родителями по вопросу формирования здорового образа жизни детей. Необходимо было подвести родителей к пони манию того, что нужно заботиться не только о том, тепло ли одет ребёнок, не продует ли его, но и задуматься над вопросом, как приучить ребёнка следить за своим здоровьем, воспитать культуру здоровья.

Первоначально мы провели среди родителей анкетирование и интервьюирование, благодаря чему смогли выяснить, что беспокоит родителей в здоровье их детей, какие проблемы со здоровьем уже существуют (аллергия, хронические заболевания), какие вопросы детского здоровья вызывают наибольший интерес. Оказалось, что больше всего родителей волнуют вопросы закаливания детей и вопросы питания.

  Особого внимания заслуживает проблема закаливания. Ослабленному и болезненному ребенку закаливание необходимо больше, чем здоровому. Очень важна в этом роль здорового образа жизни семьи. На закаленных детей меньше влияют резкие изменения температуры, они имеют хороший аппетит, более активны, уравновешены и жизнерадостны. Родителям были предложены методы закаливания, о которых они могли прочитать в папках передвижках «Закаляйся, если хочешь быть здоров» , «Помоги своим глазам», «Растём здоровыми».

В качестве традиционных форм взаимодействия с родителями были использованы информационные стенды, на которых мы располагали материалы по формированию здорового образа жизни: «Мы идём по улице», «Осторожно, гололёд», «Как правильно кататься на санках», «Пусть солнце будет другом», «Как правильно одеть ребёнка», «Переходим дорогу правильно», «Поиграйте со своим ребёнком».

Конечно, ничто так не сближает родителей, детей и воспитателей, как совместно проводимые праздники и досуги: спортивные, посвящённые дворовым играм, дни здоровья. Проходят они всегда весело и задорно. Эти мероприятия помогают взрослым раскрепоститься, более непринуждённо общаться между собой и с воспитателями. Родители имеют возможность наблюдать своего ребёнка среди сверстников, сравнить его физическое развитие с другими детьми. Дети же испытывают радость и гордость от того, что их мамы и папы пришли на праздник не просто посмотреть, но и повеселиться вместе с ними. Совместные праздники и досуги тесно сближают родителей и детей, дают всем положительные эмоции и приятные воспоминания. Здесь развивается не только тело, но и душа.

Мы надеемся, что такая система работы по взаимодействию с семьёй по оздоровлению детей обеспечит её эффективность:

- рост воспитательного и оздоровительного потенциала семьи;

- характер обращения родителей к воспитателю как показатель возросшего интереса к оздоровлению детей;

- рост посещаемости родителями и старшими членами семьи групповых мероприятий, активность в выполнении домашних заданий;

- рост спектра совместных дел родителей и воспитателей;

- положительное мнение родителей о компетентности воспитателей в вопросах оздоровления детей;

- удовлетворённость оказанной помощью.

Вырастить ребёнка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящая перед детским садом, ведь этот значит заложить фундамент в развитие здорового поколения в будущем.

**Список литературы**

1. Надь С.А. «Взаимодействие ДОУ и семьи как условие формирования у дошкольников основ здорового образа жизни», интернет.

2. Брехман И.И. «Валеология – наука о здоровье» - Москва, 1980 г.

3. Козлова Т.В.,Рябухина Т.А., «Физкультура для всей семьи, изд. «Физкультура и спорт», Москва, 1988г.

4. «Педагогика здоровья», изд. «Педагогика», Москва, 1990г.

5. Лаптев А.П. «Как закалять детей», изд. «Советский спорт», Москва, 1988 г.

6. Овчинникова Т.С. «Организация здоровьесберегающей технологии в ДОУ», изд. «Каро», С-Петербург, 2006 г.

7. «Модели здоровьесберегающих технологий, используемых в работе с детьми дошкольного возраста», Москва, 2007г.

8. Ю. Меркулова «Игра – обязательное методическое условие физического воспитания», «Дошкольное образование», №1, 2012 г.

9. nsportal.ru›Детский сад›Физкультура›…