**Формы работы с родителями по формированию здорового образа жизни. Из опыта работы**

**Описание:** работа будет полезна воспитателям для написания докладов, консультаций, обобщения опыта по работе с родителями по формированию ЗОЖ, даст возможность родителям поближе познакомиться с работой детского сада.  
**Цель:** обобщение опыта по формированию здорового образа жизни при работе с родителями в ДОУ.  
**Задачи:** познакомить с формами работы с родителями по формированию ЗОЖ  
расширить представления о работе ДОУ по работе с родителями  
  
Достойным существование человека на земле помогает сделать здоровье, духовное и физическое, которое является главным достоянием человека, делом не только личным, но и общественным. Нельзя рассматривать здоровье как отсутствие физических дефектов у человека или болезней. Устав Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) трактует понятие «здоровье» как «состояние полного социального и духовного благополучия».  
Для ребенка быть здоровым, значит развивать в гармонии свои физические и духовные силы, обладать выносливостью и уравновешенностью, уметь противостоять действию неблагоприятных факторов внешней среды.  
Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. Детский сад и семья — вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Единство ДОУ и семьи в вопросах сохранения здоровья детей 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 зож. Сегодня закон «Об образовании» определяет, что родители являются первыми педагогами своих детей. Они обязаны заложить основы физического, нравственного, интеллектуального развития личности ребенка.  
**Цель нашей работы:** Повышение педагогической грамотности родителей в вопросах формирования навыков здорового образа жизни.  
**Задачи:**  
• обучить родителей приемам эффективного взаимодействия с ребенком с целью сохранения его здоровья и создание в семье здорового нравственно-психологического климата;  
• оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;  
• учесть пожелания родителей при составлении программ индивидуальной работы;  
• привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды;  
• расширить спектр средств и способов работы с родителями;   
Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых.   
Таким образом, необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Мы использовали классификацию форм, которые предлагает Т. В. Кротова. Она выделяет следующие формы: информационно-аналитические, досуговые, познавательные, наглядно-информационные.   
Основной задачей информационно-аналитических форм организации общения с родителями являются сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника. Анкетирование и анализ анкетирования, тесты. Фронтальные и индивидуальные опросы родителей, «почтовые ящики», изучение социального портрета семей воспитанников.   
Досуговые формы организации общения призваны устанавливать теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми. К досуговым формам относятся семейные спортивные досуги, праздники, олимпиады.  
Родители с энтузиазмом принимают участие в семейных мероприятиях. Вместе с детьми они бегают, преодолевают различные препятствия, участвуют в играх и эстафетах, костюмированных сценках. В процессе соревнований родители и дети, что особенно важно, активно общаются, переживают и подбадривают друг друга.   
Организация вечеров подвижных игр «Русские – народные игры», «Игры народов мира», «Подвижные игры нашего времени», «Малоподвижные игры».  
Необходимо отметить, что важная роль в организации и проведении таких мероприятий отводятся родителям, так как именно взрослые естественным образом могут привлечь ребенка к игре и руководить ею, следить за выполнением правил.  
Родителям и детям предлагается найти и подготовить атрибуты к какой либо игре, выбирается день, когда родители смогут прийти в детский сад и поиграть вместе с детьми.  
Также вниманию родителей предлагаем картотеку игр, составленную воспитателем с учетом возрастных особенностей детей. Она представляет собой описания игр, которые можно использовать во время прогулок в детском саду, во дворе, на детской площадке среди детей приблизительно одного возраста, их правил и задач. Картотека хранится в физкультурном уголке. Родители могут брать ее домой, чтобы подробно ознакомиться с предлагаемым материалом. Данная форма работы способствует тому, что у родителей за целый год накапливается багаж знаний подвижных игр, которые они могут организовать с детьми.  
Познавательные формы организации общения педагогов с семьей предназначены для ознакомления родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания у родителей практических навыков по формированию здорового образа жизни. Основная роль продолжает принадлежать таким коллективным формам общения, как родительские собрания, групповые консультации, целевые и спонтанные беседы – встречи с членами семей воспитанников; Так же проводятся родительские гостиные – встречи родителей с гостями ДОУ; «Воспитание» родителей (школа молодой матери, групповые семинары, практикумы); групповые встречи в форме круглых столов, дискуссий, диспутов, организация Дней открытых дверей; Дней счастливой семьи для родителей; Дней здоровья  
Темы встреч различны, но все соответствуют одной тематике «Здоровый образ жизни»   
Еще один прием в работе с семьей – привлечение родителей и детей к изготовлению спортивных атрибутов своими руками. Родители вместе с детьми принимают участие в работе «мастерских» по изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома.   
Проводятся театрализованные представления для детей с участием родителей;   
Наглядно-информационные формы организации общения педагогов и родителей решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях дошкольного учреждения, позволяют правильнее оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективнее увидеть деятельность воспитателя. Информационная связь педагога и родителей осуществляется за счёт средств наглядности. В целях привлечения внимания родителей к здоровому образу жизни используются: буклеты; газеты (они могут быть как групповые, или изданы творческой группой педагогов детского сада), рисунки, информационные бюллетени.  
Педагогическое просвещение родителей, удовлетворение индивидуальных запросов родителей - творческие домашние задания для родителей с детьми, позволяют наладить доверительные отношения с ребенком, и одновременно поучаствовать в образовательном процессе. Выпуск газеты, журнала – одна из форм пропаганды ЗОЖ. Очень важно, чтобы это был продукт коллективного творчества взрослых и детей.   
В процессе изготовления газет, журнала: подбираются статьи, необходимые фотографии о занятиях спортом, спортивных достижениях. Родители и дети сочиняют подписи к снимкам.   
Составление альбомов о спортивных достижениях семьи - форма коллективной работы всех участников педагогического процесса.  
На первом этапе воспитатель проводит с детьми беседу о спортивных увлечениях в семье и предлагает родителям и детям составить альбомы «Наша спортивная семья». Так же может дать задание – отобрать фотографии, на которых дети с родителями занимаются спортом или делают зарядку, и составить по ним небольшой рассказ или смонтировать фильм, сделать презентацию. Детям предлагается прокомментировать фотографии, рассказать о спортивных увлечениях и достижениях своих близких. Организовать конкурс семейных талантов при составлении семейных альбомов о спортивных увлечениях, о досугах и т.д.   
Решающее значение в повышении интереса у детей к физической культуре, занятия спортом имеет личный пример людей, которое профессионально этим занимаются и добиваются значительных успехов в этой области. Встреча с такими людьми, живое общение с ними дает возможность понять, что спортсменом или, по крайней мере, физически развитым может стать каждый человек, стоит лишь приложить старание и упорство.  
Например, приглашаем на встречу воспитателя группы, которая расскажет о своих спортивных увлечениях (катание на коньках, лыжах, велосипеде) и спортивных достижениях. Данная встреча позволяет по-другому взглянуть на воспитателя. Дети узнают, чем она занимается в свободное время, как проводит свой досуг.  
Или медсестру, которая расскажет о правильном питании, о значении витамином для детского и взрослого организма, о пользе зарядки или о вредных привычках.  
Таким образом, можно сделать следующий вывод, что здоровье детей зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни, санитарной грамотности и гигиенической культуры родителей. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать хороших результатов, если она не решается совместно с семьей. И в заключении можно сказать, что семья и дошкольные учреждения – два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка необходимо их взаимодействие. В результате информация и практический опыт, полученный родителями, помогут: повысить эффективность работы по оздоровлению детей; получить необходимые знания о физическом развитии ребенка; сформировать потребность в здоровом образе жизни в своей семье.