Консультация для родителей

Взаимодействие педагогов и родителей по укреплению здоровья дошкольников.

Совместная деятельность педагогов и родителей в ДОУ может привести к разработке собственной системы занятий исходя из целей деятельности и условий данного дошкольного учреждения, его спортивной базы.

Совместными усилиями взрослые помогают детям находить свое «я» в движении, чтобы впоследствии они могли с любовью, в соответствии с потребностями своего организма систематически заниматься физическими упражнениями или каким – либо видом спорта уже самостоятельно. Накопление у детей двигательного опыта происходит при проведении праздников: зимних на воздухе, легкоатлетических со спортивными играми; « Веселых стартов» с элементами эстафет и соревнованиями на ловкость, скорость и выносливость, соревнований типа «Папа, мама, я- дружная семья», которые обеспечивают возможность каждому ребенку раскрыть свои способности, при этом давая ему право на творчество.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим основным направлениям:

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- развитие представлений о строении собственного тела, о назначении органов;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- развитие потребности семьи ребенка в здоровом образе жизни и личный пример укрепления и сохранения здоровья.

Каждое направление реализуется серией систематических мероприятий, основу которых составляют ежедневные упражнения.
Многие действия детей становятся настолько привычными, что выполняются потом автоматически.

По каждому направлению определяется минимум, норма и максимум. Часть воспитательных задач постепенно усложняется, часть остается неизменным для детей любого возраста. Усложняются, например, действия по уходу за помещением, одеждой.

На первом месте в комплексной системе укрепления здоровья детей могут стоять занятия, которые помогают выработать у ребенка осознанное отношение к своему организму, умение определить свое состояние и ощущения. Этому ребенка учит серия тренингов. Воспитатель сначала помогает ребенку осознать, зачем ему надо делать что - либо, затем в увлекательной форме учит этим действиям и только потом приучает выполнять их ежедневно.

Например, прежде чем требовать от детей ежедневно чистить зубы, воспитатель сначала проводит игру-исследование. Дети с помощью зеркальца рассматривают зубы, узнают, сколько их и какие они, для чего нужны. При этом воспитатель опирается на прошлый опыт детей (они вспоминают, у кого болели зубы, как это было неприятно, как страшно было идти к доктору). На основе их ответов педагог дает мотивированное представление о необходимости ежедневно утром и на ночь чистить зубы.

Этим педагогическим приемам обучаются родители детей с целью проведения подобных игр-занятий в домашних условиях. Тогда оздоровительный цикл приобретает целостный и завершенный вид.

От взрослых, окружающих ребенка в детстве (родителей, педагогов), во многом будет зависеть, каким человеком он вырастет, как сложатся его отношения с окружающими людьми.

Неправильное воспитание, обусловленное незнанием законов, особенностей психологического развития ребенка, может привести к деформированному созреванию отдельных психических функций и личности в целом, обуславливает нарушения социальной адаптации и трудности в поведении, повышает риск нервно-психических заболеваний.