

# *Консультация для педагогов ДОУ*

## **«Сотрудничество детского сада и семьи по воспитанию у детей потребности в здоровом образе жизни»**

Подготовила: воспитатель Комлева О.Е.

Данная программа поможет педагогам целенаправленно и планомерно организовать работу, направленную на формирование у всех участников образовательного поля потребности к здоровому образу жизни. Сотрудничество ДОУ с семьей основывается на физиологических, психолого-педагогических особенностях детей дошкольного возраста.

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей, вопросы, связанные с проблемами здоровья детей — подрастающего поколения нашей страны. Этот вопрос актуален не только для жителей России, жителей стран ближнего зарубежья, а для всех жителей планеты.

В эпоху компьютерных технологий, изобретения все новых машин, которые, казалось бы, призваны в помощь человеку, освобождая от бытовых проблем, в эпоху необратимого процесса идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации и, в частности, в Челябинской области.

**Ключевым вопросом государственной политики** является существенное повышение качества жизни граждан России, все это отражено в национальной программе «Здоровое поколение XXI», в Приоритетных национальных проектах.

### **Здоровье ребенка зависит от ряда факторов:**

- биологических,
- экологических,
- социальных,
- гигиенических,
- качественного взаимодействия семьи и ДОУ.

Формируя отношение ребенка к здоровому образу жизни немислимо без активного участия в этом процессе педагогов, всего персонала д/сада и непосредственного участия родителей.

Велика роль семьи в формировании и совершенствовании личности детей. В процессе семейного воспитания дети получают первые уроки жизни, приобретают навыки поведения, представления об окружающем мире и усваивают первоначальные знания о нем. Образ жизни членов семьи, их привычки очень сильно влияют на формирование взглядов и убеждений ребенка. Любые изменения, которые происходят в образе жизни семьи, отражаются в деятельности и поведении воспитанников.

Следовательно, в семье формируется характер личности, также вырабатываются вкусы и привычки здорового образа жизни, манера безопасного поведения. Ребенком осваиваются общечеловеческие нормы и правила поведения, санитарно-гигиенические привычки, формируются первые устойчивые впечатления об окружающем мире, направленность личности, т.е. определяется сфера наиболее значимых для человека ценностных ориентаций и установок. Таким образом, деятельность родителей представляет собой выработку разумного отношения к организму у ребенка, своему здоровью, привитие ребенку определенных санитарно-гигиенических навыков, любовь к физической культуре, спорту, ведению здорового образа жизни.

Семейное воспитание ребенка, посещающего детский сад, дополняет дошкольное воспитание, расширяет его. Семья является исходным пунктом формирования ценностных ориентаций на здоровый образ жизни ребенка. Недаром говорят: «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме».

Таким образом, процесс воспитания и обучения в детском саду, а также семейное воспитание должны оказать существенное опосредованное и непосредственное влияние на формирование здорового образа жизни у дошкольников.

Программа по формированию здорового образа жизни позволяет сформировать функциональную систему **«Здоровье ребенка и фундамент культуры будущего взрослого человека»**, в которую входит:

- положительное отношение к физическим упражнениям, играм и закаливающим процедурам, к правилам личной гигиены, соблюдению режима дня в семье и ДОУ;
- мотивация к занятиям физическими упражнениями и привлечение родителей и детей к спорту;
- начальные навыки естественных движений общеразвивающего характера, правильной осанки, охране зрения, знания о своем организме, полезности продуктов, умение ориентироваться в пространстве, профилактика плоскостопия, культуры поведения, самостоятельность;
- уровень физической подготовленности, соответствующий нормативам ДОУ.

### **Цель программы:**

- содействовать укреплению здоровья;
- формировать у дошкольника представление об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих;
- обеспечить дошкольника необходимыми технологиями, позволяющими сохранить и укрепить здоровье;
- обогащать знания о ЗОЖ через различные виды деятельности, изменить уклад ДОУ с пользой для здоровья каждого;
- расширить и разнообразить взаимодействие ДОУ и родителей по формированию ЗОЖ.

## **Задачи программы:**

- настрой на здоровый образ жизни;
- достаточная двигательная активность;
- умение регулировать свое психическое состояние;
- правильное питание;
- четкий режим дня;
- отказ от вредных привычек в семье;
- выполнение гигиенических требований;
- умение предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении.

## **Принцип единства с семьей.**

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

## **СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ДОУ И СЕМЬИ**

- самопознание;
- я и другие;
- гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний;
- питание и здоровье;
- основы личной безопасности и профилактики травматизма;
- культуры потребления медицинских услуг.

Программа содержит базовый компонент, который конкретизируется с учетом социального статуса семьи, контингента воспитанников и заинтересованности педагогического состава ДОУ. Она состоит из ряда направлений, каждый из которых включает комплекс тем.

Предлагаются следующие направления для совместной деятельности педагогов детского сада и родителей воспитанников **от 3 до 5 лет.**

### **I направление. «Я познаю себя»**

Обучающий компонент. Формирование представлений у детей о себе и других детях. Формирование представлений о половых различиях. Части тела: о правилах гигиены тела.

Воспитывающий компонент. Бережное отношение к своему здоровью. Воспитывать желание быть здоровым.

### **II направление. «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья».**

Обучающий компонент. Значение закаливания на состояние организма человека; о значении физической нагрузки на развитие детского организма.

Воспитывающий компонент. Положительное отношение к культурно-гигиеническим процедурам.

### **III направление. «Азбука движений».**

Обучающий компонент. О двигательных умениях человека; о значении двигательной активности в жизни людей; о приемах самомассажа.

Воспитывающий компонент. Воспитывать интерес к движению, к совместным подвижным играм детей с родителями.

### **IV направление. «Школа моего питания».**

Обучающий компонент. О режиме питания; о полезной и вредной пище; о витаминах.

Воспитывающий компонент. Воспитывать положительное отношение к овощам и фруктам, блюдам из них приготовленным.

Учитывая активно развивающиеся потребности в новых знаниях, впечатлениях и ощущениях, для работы с детьми 5-7 лет предлагаются следующие направления, которые являются логическим продолжением начатой работы с дошкольниками 3-5 лет по формированию здорового образа жизни совместно с семьей.

### **I направление. «Самопознание»**

Обучающий компонент. Строение организма человека. О симптомах заболевания. О критериях здоровья.

Воспитывающий компонент. Воспитывать желание быть здоровым.

### **II направление. «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний».**

Обучающий компонент. О функции кожи. Строение зубов. Микробы. Взаимодействие человека с микробами.

Воспитывающий компонент. Воспитывать устойчивые культурно-гигиенические привычки.

### **III направление. «Питание и здоровье».**

Обучающий компонент. О полезных и вредных для здоровья продуктах. О содержании витаминов в продуктах. Использование фруктов, овощей в приготовлении пищи.

Воспитывающий компонент. Традиции в семье, в организации семейного стола.

### **IV направление. «Основы личной безопасности и профилактики травматизма».**

Обучающий компонент. Правила безопасного поведения в быту, на улице.

Воспитывающий компонент. Сознательное отношение у дошкольников по безопасности жизнедеятельности.

### **V направление. «Культура потребления медицинских услуг».**

Обучающий компонент. Обращение с лекарственными препаратами. Знание о пользе и вреде медикаментов.

Воспитывающий компонент. Устойчивые знания по применению лекарства только по назначению врача, родителей и в присутствии родителей.

Известно, что ни одну образовательную задачу нельзя успешно решить без плодотворного контакта с семьей и полного взаимопонимания между родителями и педагогом. Работа по формированию привычек здорового образа жизни предполагает поиск новых путей во взаимосвязи дошкольного учреждения и семьи, повышения педагогической компетентности родителей. В своей работе, прежде всего, направляем внимание родителей на осознание

необходимости повышения их роли в формировании привычек ЗОЖ в период дошкольного возраста.

### **Принципы взаимодействия с семьей**

- 1. Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия** — принцип, без которого все попытки наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направлять совместные действия на воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни. Чем чаще педагог жалуется на неудачи и неумения ребенка, тем тяжелее найти взаимопонимание и поддержку со стороны родителей. В конечном счете, педагог «расписывается» в бессилии и своей некомпетентности.
- 2. Принцип «Активного слушателя»** – это умения педагогов «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.
- 3. Принцип согласованности действий.** Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой.
- 4. Принцип самовоспитания и самообучения.** Ребенок чувствует, как никто другой, обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают: «Говорят «не кури!», а сами курят». Педагоги и родители должны признать свои вредные привычки и постараться от них избавиться.
- 5. Принцип ненавязчивости.** Благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнерами в воспитании у дошкольников здорового образа жизни.
- 6. Принцип жизненного опыта.** Не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он вам пригодится.
- 7. Принцип безусловного принятия.** Вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно, принимать ребенка — значит любить его, не за то, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть!

### **Этапы работы с семьей**

<b>№ Этапы п/п</b>	<b>Задачи</b>
<b>1. Подготовительный (ознакомительный)</b>	Заинтересовать родителей, предложить им включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни у детей, предложить им узнать как можно больше о ДОУ, которые посещает их ребенок.
<b>2. Просветительский</b>	Совершенствование содержания и образования в ДОУ в соответствии с реализуемой программой <ul style="list-style-type: none"><li>• подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды;</li><li>• распространение лучшего опыта семейного воспитания;</li></ul>

- подбор литературы по ЗОЖ в библиотеке.
- 3. Совместной деятельности с семьей**
- организация информативной помощи семье в воспитании и занятиях с детьми;
  - создание семейного клуба;
  - проведение семейных праздников, акций, «Дня открытых дверей», с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей;
  - обогащение совместной деятельности родителей и детей в формировании участков для двигательной активности.

### **Формы и виды работы с семьей**

<b>№ п/п</b>	<b>Формы</b>	<b>Виды</b>
<b>1.</b>	<b>Интерактивная</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• анкетирование;</li> <li>• интервьюирование;</li> <li>• дискуссия;</li> <li>• круглые столы;</li> <li>• консультации специалистов.</li> </ul>
<b>2.</b>	<b>Традиционная</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• родительские собрания «Мы за здоровый образ жизни», «День открытых дверей»;</li> <li>• семейные спортивные соревнования;</li> <li>• акция «Здоровый образ жизни»;</li> <li>• вечера развлечений «В гостях у доктора Айболита».</li> </ul>
<b>3.</b>	<b>Просветительская</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использование СМИ для освещения деятельности ДООУ по формированию ЗОЖ у детей;</li> <li>• организация клуба «Здоровая семья»;</li> <li>• выпуск бюллетеней, информационных листовок;</li> <li>• стенд «Здоровье с детства»;</li> <li>• уголок в группах.</li> </ul>
<b>4.</b>	<b>Государственно общественная</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создание творческой инициативной группы «Мы за здоровый образ жизни».</li> </ul>

## Формы и виды работы в семье и в ДОУ

### № п/п    Формы работы

#### В ДОУ

1. Беседы педагога с детьми при:

- формирования культурно-гигиенических навыков;
- организации питания.

2. Занятия:

- физическая культура;
- обучение плаванию;
- динамический час.

Праздники, развлечения: «Папа, мама и я — спортивная семья», «Мы за здоровый образ жизни».

3. Чтение художественной литературы.

4. Просмотр телепередач (требования САНПиНа)

5. Встреча с интересными людьми (спортсмены, тренеры)

6. Психотерапевтические прогулки с педагогом-психологом.

7. Акция «Здоровый образ жизни»

- подготовка д/материала.

8. Познавательное развитие:

- беседы о ЗОЖ;
- рассказы из личного опыта;
- беседы м/сестры, врача.

9. Проведение тематических занятий

#### В семье

Беседы отца и матери:

- «Вкусные посиделки»;
- чистота тела;
- организация сна;
- мои чистые игрушки;
- я люблю комнатные растения.

Оздоровительные традиции в семье:

- ходим в сауну;
- бассейн;
- на лыжах, в походы.

Оздоровительные игры в семье:

- профилактика осанки;
- зрения;
- плоскостопия;
- игры для предупреждения гиподинамии.

Чтение художественной литературы.

Просмотр телепередач в выходные дни программы «Здоровье».

Посещение спортивных мероприятий:

- все виды соревнований, проходящих в селе

Организация игр во время совместных походов:

- этюды на выражение удовольствия и радости;
- «Замри», «Кто позвал», «Слушай звуки», «Петушиный бой».

Непосредственное участие родителей в акции.

Беседы с родителями:

- я веду активный и подвижный образ жизни.

Посещение библиотеки, клуба

по ЗОЖ «В гостях у Доктора Айболита». здоровья.

**10. Тематические мероприятия:**

- выставки в библиотеке
- марафон «Мой выбор»

**11. Информационное поле для детей:**

- выпуск брошюр, плакатов;
- анкетирование;
- интервьюирование.

Тематические мероприятия в городе.

Информационное поле для родителей:

- непосредственное участие в выпуске плакатов;
- газет (подкрепление фотографиями из семейного архива);
- анкетирование;
- освещение в СМИ.

**Совместная деятельность родителей и педагогов по созданию здоровьесберегающей среды в ДОУ и в семье**

**В семье**

1. По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.
2. Желательно приобрести несколько настольно-печатных игр (учитывая возраст детей) по формированию привычки к здоровому образу жизни.
3. Выполнение режима дня дома в выходные дни.
4. Вспоминать о своем детстве и рассказывать, какими видами спорта любили заниматься, в какие подвижные игры играли со сверстниками.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20 +22 °С.

**В ДОУ**

1. В группе создавать условия для свободной двигательной деятельности детей.
2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснить родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
3. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек как основу становления характера ребенка.
4. Оказывать постоянное внимание и проявлять уважение к выбору подвижных игр. Привлекать детей, обучающихся в различных спортивных секциях, к взаимообучению сверстников.



- |   |  |
|---|--|
| <p>6. Дома оборудовать рабочее место ребенка, правильно расположив его по отношению к окну.</p> <p>7. Добиваться самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур.</p> <p>8. Уделять особое внимание культуре поведения ребенка за столом.</p> <p>9. Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендациями врача.</p> <p>10. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.</p> <p>11. Личный пример взрослых родителей и педагогов — мы за здоровый образ жизни: отказ от вредных привычек; участие в спортивных соревнованиях; пешеходные прогулки; здоровое питание; соблюдение режима дня; двигательная активность и т.п.</p> <p>12. По мере возможности расширять сферу контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.</p> | <p>6. Соблюдение требований САНПиНа по организации жизни детей в ДОУ.</p> <p>10. Пропагандировать среди родителей детской литературы, являющейся педагогически ценной.</p> <p>12. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни.</p> |
|---|--|

## **Семейные традиции**

У каждого взрослого человека есть такие воспоминания о детстве, которые наполняют душу несравнимым ни с чем теплом. Самое лучшее нам хочется «взять с собой» во взрослую жизнь, продолжать лучшие семейные традиции. Педагогам необходимо поинтересоваться традициями семей воспитанников детского сада, это обозначит формы работы с семьей в течение года, в совместных мероприятиях, проводимых в детском учреждении, родители поделятся своим опытом по организации ЗОЖ детей в семье и продолжению семейных традиций.

### **Традиции семей воспитанников детского сада**

<b>№ п/п</b>	<b>Традиция</b>	<b>Содержание</b>
1.	Семейный стол	<p>Взрослые должны есть вместе с детьми, чтобы создать дружескую атмосферу, научить детей расслабляться, отдыхать.</p> <p>Своей культурой общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом, положительное отношение к</p>

- здоровой пище вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.
2. Мы ходим в походы Эта традиция «для ума и тела». Во время прогулок есть возможность поговорить с ребенком на интересные его темы.
  3. Лыжные прогулки В развитии и формировании у ребенка привычки к здоровому образу жизни большое значение имеет физическое воспитание, укрепление сил и здоровья, выработка правильной осанки и санитарно-гигиенической культуры.
  4. Мы ходим в баню Во-первых, это общение с семьей. Во-вторых, бани — первое средство, чтобы укрепить иммунитет, повысить общую сопротивляемость организма инфекциям, улучшить кровообращение и вывести из организма все шлаки.
  5. Общение с детьми Общение с ребенком согласно принципам Ю. Б. Гиппенрейтер:
    - Безусловное принятие
    - Законы «зоны ближайшего развития»
    - Давайте вместе
    - Передача ответственности детям
    - Позволение ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, становится «сознательным»
    - «Активное слушание»
  6. Совместное чтение Ежедневное чтение художественной литературы способствует не только интеллектуальному развитию. Ребенок получает опыт выбора литературы для чтения, учится слушать и слышать. Голос матери, отца, близких на всю жизнь сохранится в памяти, воспоминания о совместно проведенном времени помогут в воспитании уже своих детей.

Эта таблица может быть продолжена каждым педагогом, исходя из конкретного социального статуса семьи, традиций, которые хранят в семье и в детском саду.

Общаясь с родителями, мы делимся своими традициями, которые сохраняются и обогащаются коллективом детского сада, например: «Сладкий час», «Театральная пятница», «Встреча с интересными людьми», «Наша коллекция», «День рождения детского сада», «Встреча Нового года», «День рождения только раз в году», «В гостях у доктора Айболита» и другие.

Сохранение и продолжение семейных традиций актуально и необходимо, так как одной из главных проблем отношений между детьми и взрослыми считаем отсутствие преемственности поколений.

## Создание физкультурно-оздоровительного климата в семье

Создание благоприятных педагогических условий для физического воспитания детей только в рамках дошкольного учреждения является достаточно эффективной мерой. Для формирования физкультурно-оздоровительного климата в семье необходимо начинать с семейных традиций, которые передаются младшему поколению в различных формах физического воспитания, а также созданию адекватной возрасту и индивидуальным особенностям ребенка предметно-развивающей среды в домашних условиях. Для реализации этой проблемы необходимо использовать хорошо зарекомендовавшие себя формы традиционного информирования родителей о способах физкультурно-оздоровительной работы (собрания, дни открытых дверей, акции, наглядная агитация, открытые мероприятия, индивидуальные беседы об организации предметно-развивающей среды в домашних условиях, организацией практикумов — с демонстрацией вариантов использования игрушек и спортивного инвентаря).

Основным компонентом предметно-развивающей среды, обеспечивающей физическое воспитание детей дома, являются физкультурно-оздоровительные комплексы «Домашний стадион», мячи, санки, коньки, лыжи, велосипеды, самокаты, ролики, бадминтон и др..

Если в семье имеются в наличии эти основные (ключевые) предметы, необходимые для нормального физического воспитания детей в семье, то это частично поможет реализовать физическое развитие детей.

Со стороны сотрудников ДОО необходимо передавать родителям способы организации физического воспитания дошкольников в домашних условиях. В качестве ключевых ситуаций предпочтительнее использовать совместные подвижные игры воспитателя с детьми и их родителями.

Наиболее удобно осуществлять этот вид работы во второй половине дня, когда родители могут задержаться на некоторое время в детском саду.

Пример совместной игры взрослых позволяет детям этого возраста «схватить» целостный образец выполнения определенных действий и схему взаимодействия.

### **Алгоритм взаимодействия воспитателя с родителями по физическому воспитанию детей раннего возраста:**

- Воспитатель в присутствии детей приглашает взрослого к участию в совместной подвижной игре и демонстрирует возможные образцы деятельности с ключевыми предметами;
- Игровые действия повторяются несколько раз, сопровождаясь эмоционально окрашенными положительными высказываниями.
- В процессе совместной игры воспитатель знакомит родителей с разнообразием основных ключевых предметов и с приемами их игрового использования.
- Затем воспитатель приглашает ребенка и проигрывает с ним несколько вариантов действий с ключевыми предметами. Родитель ставится в позицию наблюдателя и еще раз получает возможность усвоить способы организации физического воспитания в семье.
- По окончании совместной игры с малышом, воспитатель предлагает родителю самостоятельно организовать эту игру с одним-двумя детьми.

### **Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей младшего дошкольного возраста (от 3 до 5 лет):**

- Период формирования двигательных умений и навыков детей на основе подражания действиям взрослых или сверстников. Особенности двигательного поведения детей этого возраста является совершенствование навыков ходьбы, бега и лазания, а также освоение таких форм, как езда на трехколесном велосипеде, снегокате, катание на лыжах, выполнение движений с предметами и упражнений на тренажере.
- Формировать овладение различными формами прыжков, метания;
- Учить освоению упражнений с сохранением равновесия (ходьба по ограниченной поверхности: скамейке, бревну, снежному валу, бордюрному камню).
- Основным мотивом для выполнения детьми физических упражнений остается совместная подвижная игра с взрослым и другими детьми и желание закрепить новые умения и навыки.

**Алгоритм взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет):** Поддерживать интерес детей к занятиям спортом и одновременно повышенное внимание к возможным физическим перегрузкам — одно из ведущих направлений взаимодействия педагогов и родителей.

Многие родители приобретают для пятилетних детей двухколесный велосипед и роликовые коньки, ласты и маску для подводного плавания, скутер и снегокат, коньки и скейтборд. У них возникает желание видеть своих детей умными, ловкими, грациозными и подтянутыми, но организовать систематические игры и занятия с использованием этого спортивного инвентаря большинству семей не удается.

Воспитателям необходимо проводить разъяснительную работу по использованию универсальных игрушек, которые позволят взрослым организовать интересную ежедневную двигательную практику детей.

#### **Развивающая среда дома:**

- Предоставить в свободный доступ велосипед, санки, качели, подвесную сетку — мешок для метания мячей, простейшие тренажеры (мини-велотренажер, мини-степпер – «ступеньки»), мяч — прыгунок (хоп) и лыжи.
- Необходимо оборудовать место для самостоятельной двигательной активности: активности детей, освободив участок комнаты и застелив его ковровым покрытием. Без тренажера и сетки для метания можно обойтись, но есть одна игрушка, без которой жизнь ребенка младшего дошкольного возраста была бы тусклой и бедной. И эта игрушка — мяч.

Мяч является ключевым предметом, способствующим развитию у детей координации движений, ловкости, быстроты реакции, тренировки их в меткости, умения действовать по сигналу и согласованию своих действий с действиями других участников игры. Родителям необходимо объяснять уникальность и универсальность мяча, которая определяется теми свойствами, которыми он обладает: катиться, подскакивать, подлетать вверх, отлетать от преграды в результате приложения к нему физического усилия.

Педагогам детского сада необходимо помочь родителям освоить простые ежедневные забавы с мячом, способные приносить пользу и доставлять истинную радость ребенку.

- Ключевая позиция взаимодействия воспитателя с родителями строится на основе определенного алгоритма (с использованием мяча).
- необходимо организовать деятельность не индивидуально, а малыми подгруппами (3-4 взрослых и столько же детей).
- При организации индивидуального консультирования все рекомендованные упражнения специалист должен выполнять вместе с ребенком и его родителями (для формирования двигательного образца осваиваемых движений).

Воспитатель может порекомендовать родителям во время совместных упражнений использовать музыкальное сопровождение: включать песенки их любимых мультфильмов. По окончании выполнения упражнений следует сменить характер музыкального сопровождения на спокойный и расслабляющий, чтобы ребенка было легче переключить на другой вид деятельности.

Здоровый образ жизни! Так, какой образ жизни можно назвать здоровым?

Только такой, который не приносит вреда здоровью, позволяет поддерживать высокий уровень работоспособности, хорошего самочувствия и настроения.

***Совершенно очевидно, что решение проблемы оздоровления дошкольников возможно только при условии реализации единой программы гигиенического обучения и воспитания в семье и детском саду.***

### **Список используемой литературы**

1. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. - М.: Мозаика-Синтез, 2005. - 112 с.
2. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линко-Пресс, 2000. - 296 с.
3. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка.- М.: АРКТИ, 1997.
4. «Ребенок в д/саду» № 5, 2004 г.
5. «Ребенок в д/саду» №6, 2004 г.