

**Памятка**  
**«Формы работы с родителями**  
**по формированию здорового образа жизни у детей в ДООУ и семье»**

Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, и в первую очередь на родителей, особую ответственность. Часто знания родителей о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Ценностные ориентации относительно значимости здоровья не актуальны и в этой связи не реализованы в повседневной жизни родителей.

Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания физической культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

По мнению ученых, дошкольный возраст относится к так называемым «критическим» периодам жизни ребенка. В данном возрастном периоде происходит нарастание силы и подвижности нервных процессов, формирование высшей нервной деятельности. Нервные процессы отличаются быстрой истощаемостью. Поэтому эмоциональное перенапряжение сопряжено с ростом частоты пограничных состояний и невротических реакций. Вместе с тем это время, в течение которого ребенок находится в полной зависимости от окружающих взрослых - родителей, педагогов. Общеизвестно, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Важным элементом семейного уклада является физическое воспитание. Оно способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.

*Основные направления работы ДООУ и семьи:*

-  привитие стойких культурно-гигиенических навыков;

- ✚ развитие представлений о строении человеческого тела, 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 к ежедневным физкультурным упражнениям;
- ✚ развитие потребности семьи (родителей) ребенка в здоровом образе жизнедеятельности и личного примера в укреплении и сохранении здоровья.

*Сотрудничество детского сада и семьи преследует следующие цели:*

1. Изучение запроса родителей.
2. Формирование у родителей теоретических знаний, закрепление привычки и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.
3. Помощь в приобретении практических навыков элементарных приемов диагностики, методов сохранения и укрепления здоровья детей и взрослых.
4. Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований дошкольного учреждения и семьи в вопросах здоровья детей.
5. Повышение педагогической культуры, педагогической компетентности родителей в воспитании здорового ребенка.

***Существуют различные формы работы с родителями.***

***Индивидуальные формы.***

*Индивидуальные консультации.* Предполагают индивидуальное общение с родителями, когда педагоги или другие специалисты отвечают на их вопросы. Проводятся по запросам родителей.

*Индивидуальные беседы.* Представляют собой обсуждение с родителями жизни ребенка дома и в детском саду с целью установления позитивных отношений с семьей, получения информации о ребенке. Проводятся воспитателями практически ежедневно.

*Участие родителей в управлении дошкольным учреждением.* Предполагает участие родителей в совете дошкольного учреждения, совете педагогов, совете по питанию.

*Участие родителей в подготовке и проведении образовательного процесса.* Проводится по согласованию с родителями в форме подготовки

помещения, раздаточного и демонстрационного материала, участия в качестве ассистента, помощника в ООД, самостоятельного обучения детей, участия в режимных процессах: утренней зарядке, прогулке, играх детей, организации кружковой работы по интересам.

### **Коллективные формы**

*Родительские собрания.* Представляют собой регламентированное мероприятие, на котором решаются организационные вопросы, а также связанные с воспитанием и обучением детей, делаются сообщения для родителей руководителями и специалистами детского сада; по обсужденным вопросам принимается решение (постановление), которое фиксируется в протоколе.

*Лектории.* Предполагают обучение родителей через распространение психолого-педагогических, медицинских, экономических, юридических и других знаний на лекциях по соответствующим проблемам психолого-педагогических проблем, которое предполагает подготовку докладов, сообщений, активный обмен мнениями, разработку конкретных рекомендаций.

*Диспуты, дискуссии.* Представляют собой активное эмоциональное обсуждение родителями и сотрудниками детского сада неоднозначных проблем путем высказывания различных мнений и аргументов в пользу тех или иных решений

*Круглые столы, вечера вопросов и ответов.* Организуются в форме свободного или регламентированного общения педагогов с родителями, во время которого последние имеют возможность получить ответы на интересующие их вопросы, высказать свое мнение по заявленной или волнующей проблеме. Например: «Рациональное питание детей».

*Устные журналы.* Предполагают выступления педагогов и других специалистов детского сада с тематическими сообщениями, во время которых даются также и практические рекомендации родителям согласно теме журнала. Например: «Здоровье детей и взрослых»

*Групповые консультации.* Включают подготовку сотрудниками дошкольного учреждения сообщений, практических рекомендаций и материалов для группы родителей, имеющих одинаковые проблемы совместное обсуждение волнующих вопросов.

*Формы работы на основе телепередач: КВН, педагогический ринг, «Моя семья», «Поле чудес» и другие.* Представляют собой такую организацию мероприятия, когда в канву соответствующей телепередачи

вплетаются психолого-педагогическое содержание, вносятся игры, вопросы по проблемам развития, воспитания и обучения детей.

*Тренинги.* Предполагают организованное активное социально-психологическое обучение родителей психологическим навыкам.

*Деловые и ролевые игры.* Включают обсуждение и воспроизведение (проигрывание) родителями различных проблемных педагогических ситуаций в семейном воспитании в условной обстановке для приобретения навыков и эмоционального опыта действия в таких ситуациях.

*Экскурсии.* Проводятся, как совместные посещения детьми, родителями, сотрудниками детского сада зон отдыха (парка, леса, реки) с целью духовного обогащения, отдыха, общения, установления позитивных взаимоотношений, эмоциональной разгрузки.

*Совместная деятельность педагогов, родителей и детей.* Включает в себя активную деятельность различного рода в групповом помещении, на участке. Это может быть их уборка, украшение; подготовка и посадка растений; совместное приготовление пособий, подарков, украшений и другого материала.

*Дни открытых дверей.* Представляют собой дни свободного посещения желающими (родителями и общественностью) детского сада с целью более детального ознакомления с работой дошкольного учреждения: ООД, играми, режимными моментами, праздниками, развлечениями. Их количество и содержание определяется руководством детского сада.

*Совместные вечера, праздники и развлечения родителей с детьми и сотрудниками дошкольного учреждения.* Организуются как активные, насыщенные эмоциональным общением мероприятия, в процессе которых все участники имеют возможность не только пообщаться, но и получить необходимую информацию, показать достижения, отдохнуть, познакомиться поближе.

### ***Наглядно информационные формы.***

*Родительские уголки.* Предполагают представление в наглядной форме наиболее востребованной информации для родителей: о распорядке дня в детском саду, о содержании образовательного процесса, об организации питания детей, а также психолого-педагогические, медико-гигиенические и другие сообщения

*Папки-передвижки, рукописные журналы.* Представляют собой самостоятельную издательскую деятельность, в результате которой сотрудниками детского сада подбирается и оформляется в папки или журналы теоретический и практический материал, который будет обогащать знания и умения родителей по предложенной проблеме.

*Выставки.* Предполагают представление результатов индивидуальной и совместной деятельности дошкольников, родителей и педагогов.