Квитанция об оплате:

**Заявка**

Конкурс «Здоровье начинается с детства»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Данные для диплома | Номинация и название конкурсной работы | Е-mail, с которого отправляется письмо | Размер оплаченного оргвзноса, т. е. 210руб. или 330руб. и адрес\* |
| Ф.И.О (полностью) | Должность, категория, звание | Сокращенное название организации |
| Чуркина Татьяна Геннадьевна | Воспитатель 1КК | МБДОУ– детский сад № 463, г. Екатеринбург | Методический материал «Консультация для родителей «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей» | t.kostromina2014@yandex.ru | 210 рублей |

Консультация для родителей (Методический материал)

**«Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей»**

**Цель -** укрепление процесса взаимодействия ДОУ и семьи в рамках проблемы сохранения и укрепления здоровья детей младшего дошкольного возраста

**Задачи** - укрепление и здоровье детей, формирование привычки к здоровому образу жизни

**Актуальность** - На протяжении последних лет нас всех поражает грустная статистика частоты заболевания детей дошкольного возраста. Каждый третий имеет отклонения в физическом развитии. Конечно, причин тому много: и экологических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них невнимание взрослых к здоровью детей. Иначе говоря, мы любим свое дитя, усердно лечим, когда оно заболеет, а в повседневности не используем весь арсенал средств и методов для предупреждения заболевания и укрепления здоровья ребенка. Не следует забывать, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Здоровье – это главное, все остальное

без него – ничто.

*(Сократ)*

Единственная красота, которую я знаю – это здоровье.

(*Генрих Гейне)*

* Здоровье есть гармония противоположно направленных сил - Это самое раннее из определений здоровья — определение Алкмеона.
* Здоровье - это состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов - Устав Всемирной Организации Здравоохранения
* Здоровье - состояние организма человека, когда функции всех его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-то болезненные изменения - Большая Медицинская Энциклопедия
* Здоровье - это не отсутствие болезней, а физическая, социальная и психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с другими людьми, с природой и самим собой – И. И. Брехман, российский учёный-фармаколог.

**Семья** – первый скульптор, который формирует мягкую, как воск, неоформленную душу и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью, в свете семьи. Несомненно, что свои первые жизненные установки он получает именно в семье.

 Полноценное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – то, к чему стремятся все родители. Для реализации этой мечты нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания. Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада.

В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка. Очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду: дать ему возможность постепенно привыкать к новым условиям, максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов, продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыш возьмет с собой в группу детского сада.

 Родители должны обеспечить дошкольное учреждение полной информацией о здоровье ребенка. Режим сна и питания, диету, принятые в детском саду, нужно соблюдать и дома. Воспитателям намного легче работать, если в домашних условиях продолжается формирование привычек, вырабатываемых в детском саду:

* Умываться
* Мыть ноги летом и перед дневным сном
* Следить за состоянием рук, мыть их после прогулки
* Пользоваться унитазом и туалетной бумагой
* Чистить зубы и полоскать рот после еды
* Правильно применять предметы индивидуального пользования – расческу, полотенце, носовой платок.

В выходные и воскресные дни желательно соблюдать режим дня, родители должны знать, что ребенку во время прогулок необходимо много и свободно двигаться, так как именно в двигательной активности он находит место своей неуемной энергии и фантазии, она стимулирует эмоции, речевую и мыслительную деятельность, саморегуляцию. Очень хорошо ввести семейную традицию занятий спортом, приобщать ребенка к ходьбе на лыжах, катанию на коньках, на велосипеде, спортивным играм, плаванию. Играя с ребенком, взрослые должны воспитывать умение подчиняться общему правилу, контролировать проявление эмоции и поведение, формировать психологическую устойчивость к неуспеху.

Чуркина Татьяна Геннадьевна, 1КК

воспитатель МБДОУ – детский сад № 463

г. Екатеринбурга, Россия