**«Формы работы с родителями по укреплению здоровья дошкольников»**

Из опыта **работы Мальковой А.И.(инструктор по физической культуре)**

 **Выступление на педсовете №3 (март 2022г.)**

 **Здоровье** – это основное наше богатство, которое необходимо беречь и сохранять. Актуальность этой темы в наши дни очевидна. Уже в **дошкольном** возрасте возникает необходимость **формировать** у детей активную позицию, направленную на **укрепление** и сохранение своего **здоровья**, которая впоследствии стала бы потребностью, привычкой, элементарным навыком. **Здоровье** ребенка зависит не только от полноценного физического развития и воспитания в детском саду, а также от условий жизни в семье, так как семья – это среда, где **формируется здоровье** ребенка и закладывается в его сознании основа к постоянному стремлению к **здоровью**. Ни одна, даже самая лучшая **физкультурно-оздоровительная работа** в ДОУ не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей. Но не всегда семьи, особенно молодые, самостоятельно справляются с возникающими проблемами в воспитании и развитии ребенка. Несмотря на заинтересованность **родителей в сохранении здоровья ребенка**, им не всегда удается решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более что дети большую часть времени проводят в детском саду

В своей практике я использую групповые и индивидуальные **формы работы с родителями – это** :

- тематические консультации в **родительском** уголке по вопросам приобщения детей к физкультуре, спорту и **здоровому образу жизни**;

- индивидуальные беседы с показом упражнений для профилактики плоскостопия, улучшения осанки;

- рекомендации по определению ребёнка в спортивные секции с учётом интереса возрастных особенностей и состояния **здоровья**;

- отвечаю, обсуждаю вопросы **родителей по формированию ЗОЖ**;

-оформляю фотоотчеты для родительских сайтов.

В родительских уголках в разделах *«Консультации»*  родители имеют возможность получить **информацию** о закаливании ребёнка, о заболеваниях и их профилактике. Получить рекомендации об организации совместного отдыха семьи. Посмотреть, выписать для себя народные игры и дома играть с детьми, привлекая других членов семьи. **Размещаю информацию и советы для родителей** по профилактике плоскостопия, динамическую гимнастику, комплекс гимнастики для профилактики близорукости, специальные игровые упражнения.

- «10 советов по оздоровлению детей»(памятка)

-«Что нужно знать об утренней зарядке»

-«Если ребенок не хочет заниматься спортом»(адресная рекомендация)

-«Начальное ознакомление детей со спортом»(инд.консультация)

-«Как приучиться ребенка заботиться о своем здоровье»(информация)

- «Роль семьи в воспитание здорового ребенка»(консультация)

- «Формирование ЗОЖ у детей»(консультация)

- «Нестандартное оборудование для занятий физкультурой»(рекомендации)

-«Вместе весело шагать по просторам»(консультация)

- «Спортивный уголок дома»(памятка)

-«Играем на прогулке с детьми»(папка-передвижка)

-«Закаливание- первый шаг на пути к здоровью»(папка-передвижка)

-«Босиком за здоровьем»(рекомендации)

-«Что делать, если ребенок часто болеет»(рекомендации)

-«Путешествие в страну крепышей»(папка-ширма)

. **Родители** участвуют в изготовлении нестандартного физкультурно-игрового оборудования – массажная дорожка, мешочки с песком, ленточки для игр, маски.

Мои планы:

1. Изготовить вертушки с помощью родителей.(Мастер- класс в родительских группах)

2. Оформить картотеку игр для **формирования** навыка правильного дыхания с целью оформления рекомендации родителям.

3. Пополнить свою библиотеку литературой о физкультуре, спорте и **здоровом образе жизни**.

4.Приглашать родителей на просмотр утренней гимнастики и физ.занятия.

5.Оформлять стенгазеты в виде фотоотчета.

6.Проведение совместных праздников с участием родителей.

Таким образом, проводимая **физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей** к совместным усилиям по **оздоровлению** детского организма в течение всего пребывания в детском саду. Я всегда помню, что наличие **здорового** будущего завтра – это постоянная забота о физическом, психологическом и социальном благополучии ребенка сегодня!