**Технологии** **валеологического просвещения родителей**

В. А. Сухомлинский: «От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Началом всех начал в воспитании детей является семья. Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, но не все задумываются о том, как сделать так, чтобы дети, вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми. А ведь за всем этим стоит, в том числе, здоровый образ жизни.

ДОУ - также важный институт воспитания. Для того, чтобы ребёнок рос всесторонне развитым и здоровым необходимо взаимодействие семьи и ДОУ. Ни одна оздоровительная программа не сможет дать положительных результатов, если её задачи не решаются совместно с семьёй, если в ДОУ не создано сообщество «дети-**родители-педагоги**».

**Совместная работа с семьей должна строиться на следующих основных принципах, определяющих ее содержание, организацию и методику.**

* Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
* Систематичность и последовательность работы (в соответствии с конкретным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении.
* Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
* Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.

Именно детский сад является местом педагогического просвещения родителей. Формы взаимодействия с родителями разнообразны они могут быть как индивидуальные и групповые, так и традиционные и нетрадиционные. Наряду с традиционными формами, такими как родительские собрания, консультации устные и письменные, семинары-практикумы, папки-передвижки, спортивные праздники, развлечения, буклеты, выпуск газеты и др., мы стараемся использовать больше интерактивных форм взаимодействия:

**-** фотоконкурсы на тему приобщения детей к спорту и ЗОЖ,

**-** различные акции, например ежегодно мы вовлекаем родителей в участие во всероссийской акции «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»;

**-** приглашение родителей на физкультурные занятия;

**-** совместное проведение утренней гимнастики;

**-** совместные досуги, праздники;

**-** родительские собрания проводим в форме деловых игр, с использованием тренингов.

Одной из эффективных форм вовлечения родителей в образовательный процесс является проектная деятельность. Так недавно мы реализовали интересный проект «Спортивный портрет моей семьи». В рамках проекта я предложила семьям, которые ведут активный образ жизни, составить спортивный портрет своей семьи. Семьи творчески подошли к данному заданию и на итоговом занятии дети презентовали: газету, альбом, фотоколлаж, презентации.

**В соответствии с этим валеологическое просвещение родителей включает:**

* ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
* информация в родительских уголках, в папках-передвижках, в библиотеке ДОУ;
* анализ навыков детей по основным видам движений;
* анкетирование родителей по вопросам воспитания здорового ребенка;
* дни открытых дверей для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе и в бассейне, закаливающих и лечебных процедур;
* совместные физкультурные досуги и праздники и т.д.
* целенаправленную санпросветработу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.;
* ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
* деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми, разбором проблемных ситуаций по видеосъемкам, решением педагогических кроссвордов и т.д.;
* обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.);
* ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.).

Особой формой наглядной пропаганды здоровьесбережения детей среди родителей являются валеологические газеты, буклеты, памятки. Материал для них подбирают воспитатели, оформляют и включают в план валеологической работы с родителями. В них отражаются самые актуальные проблемы здорового образа жизни детей. Наглядные пособия помогают родителям лучше узнать условия, задачи и методы воспитания здоровых детей. Также могут быть подобраны рекомендации специалистов по интересующей родителей проблеме здоровьесохранения детей, а также статьи для родителей, взятые из других газет, журналов. Тематика газет может быть разнообразной: "Дневной сон: нужен ли и когда него отказываться", "Дыхательная гимнастика и здоровье ребенка", "Тайны здоровой пищи" и др.

Повышение психолого-педагогической компетентности родителей, привлечение их к активному участию в воспитательно-образовательном процессе является составной частью валеологического просвещения по приобщению к здоровому образу жизни.

Также немало важной задачей валеологического просвещения родителей является распространение положительного опыта семейного воспитания.

* ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
* Например, в этом году на родительском собрании, посвященном здоровьесбережению воспитанников семья Кудриных представила интересный видеоролик о том, как в их семье воспитываются навыки ЗОЖ и тем самым показывали пример остальным.

Таким образом, использование разнообразных технологии валеологического просвещения родителей позволяет не только на деле осуществить индивидуальный подход к каждому ребенку, но и привлечь родителей к совместным систематическим усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.