

## Пропаганда здорового образа жизни

Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

Дошкольное учреждение и семья призваны уже в раннем возрасте заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы взаимодействия. Именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно формировать и сохранять свое здоровье.

По современным представлениям в понятие здорового образа жизни у дошкольников входят следующие составляющие:

- оптимальный двигательный режим
- рациональное питание; закаливание
- личная гигиена
- положительные эмоции.

Выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка-дошкольника, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевою сферу. Да и сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят.

Актуальность данной проблемы способствует созданию в МБДОУ системы работы по формированию основ здорового образа жизни у детей и их родителей.

Пропаганда ЗОЖ ребёнку проводится в первую очередь родителями, поскольку именно они окружают его изо дня в день. В целом пропаганда здорового образа жизни является направлением, в которое входит целый ряд мероприятий. В дошкольных учреждениях пропаганда здорового образа жизни проводится медицинскими работниками, и в данном случае их задача:

- пропаганда законов касательно здравоохранения;
- пропаганда базовых знаний медицины и гигиены;
- пропаганда к ЗОЖ;
- закрепление теоретических знаний на практике.

Дошкольное учреждение преследует следующие задачи в работе с родителями в плане приобщения дошкольников к здоровому образу жизни:

- Изучение запроса родителей.
- Ориентация семьи на воспитание здорового ребенка.

Основание родителями основ личностно-ориентированной педагогики и психологии общения с детьми, обеспечивающее эмоциональное благополучие и психическое здоровье детей.

Формирование у родителей теоретических знаний, закрепление привычки и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.

Помощь в приобретении практических навыков элементарных приемов диагностики, методов сохранения здоровья детей и взрослых.

Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДООУ и семьи в вопросах здоровья детей.

Повышение педагогической культуры, педагогической компетентности родителей в воспитании здорового ребенка.

Для решения этих задач была разработана модель взаимодействия ДООУ и родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни, определены цель взаимодействия, принципы воспитания ребенка в ДООУ и в семье, условия реализации модели.

Для реализации модели были предложены следующие формы работы с родителями воспитанников:

Дни открытых дверей, когда родители приглашают в ДООУ;

Совместные с родителями спортивные праздники и досуги: «Папа, мама и я – спортивная семья», Дни здоровья и др.;

Родительские собрания;

Индивидуальные беседы и консультирование специалистами ДООУ;

Анкетирование;

Наглядные виды работ:

выставки детских работ, дидактических игр на оздоровительную тематику, литературы;

информационные стенды;

фотовыставки.

Образ жизни ребенка — дошкольника формируют его родители при условии их компетентности в области формирования здорового образа жизни ребенка. Взаимодействие ДООУ с родителями воспитанников осуществляется через те формы взаимодействия, которые актуальны и востребованы. Сотрудничество педагогов дошкольного учреждения и родителей должно осуществляться на позициях диалога, что способствует реализации принципов гуманизации образования.