**Семинар «Работа с родителями в ДОУ по популяризации ЗОЖ, как необходимого условия для формирования здорового поколения»**

**План:**

1. Физическое здоровье – один из важнейших факторов успешной социализированной личности в современном мире
2. Освещение информации о государственных гарантиях и механизмах реализации демографической политики и воспитания здорового поколения в ДОУ
3. Роль семьи в формировании здорового образа жизни у детей.

Основные методы взаимодействия ДОУ и родителей в работе по формированию основ здорового образа жизни у детей

1. Деловая игра «Анатомия и физиология дошкольника»
2. **Физическое здоровье – один из важнейших факторов успешной социализированной личности в современном мире.**

Здоровье-это состояние физического, духовного, социального благополучия. Здоровый образ жизни - образ жизни, способствующий сохранению, укреплению восстановлению здоровья.   Здоровый образ жизни предполагает: рациональное питание, регулярные занятия физкультурой, сочетание труда и отдыха, хорошее настроение. Здоровье человека более чем на 50% определяется его образом жизни. Здоровье зависит от многих факторов: состояние окружающей среды, социально-экономическое развитие страны, устойчивое развитие семьи, культуры педагогов и родителей. Определяющее влияние на культуру здоровья ребёнка  оказывает семья: её образ жизни, привычки и традиции. Ребенка должны воспитывать родители, а все социальные институты могут лишь содействовать им.

Современная жизнь выдвигает повышенные требования к здоровью детей, которое является данной от природы и абсолютной ценностью трех уровней :биологического, социального и психологического. Здоровье, и это неоспоримо, основа жизни человека, а значит, не самоцель, а необходимое условие полноты реализации жизненных целей и смыслов.

Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, являющейся важной основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека. Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее.

**Дошкольный возраст, как решающий период становления фундамента физического и психического здоровья.**

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна значимость формирования у детей определенной базы знаний, умений и навыков здорового образа жизни.

Дети очень доверчивы и подвержены внушению. Если ребёнка всё время пугать болезнями, то мы не разовьём у него желания быть здоровым. Ребёнок должен расти с сознанием, что только от него самого зависит накопление его собственного здоровья. А поскольку именно в раннем возрасте закладываются основы здорового образа жизни человека, то ясна роль ДОУ в этом вопросе.

**2. Освещение информации о государственных гарантиях и механизмах реализации демографической политики и воспитания здорового поколения в ДОУ.**

«Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для его физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития. Родители несут основную ответственность за обеспечение необходимого уровня жизни. Обязанность государства состоит в том, чтобы создать соответствующие условия для реализации этой ответственности. Обязательства государства могут включать оказание материальной помощи родителям и их детям», — таковы основополагающие принципы воспитания подрастающего поколения, прописанные в Конвенции о правах ребенка.

Информирование родителей в вопросах воспитания здорового поколения в ДОУ ведётся всесторонне. Поэтому мы так же освещаем информацию о государственных гарантиях и механизмах реализации демографической политики и воспитания здорового поколения.

Дети в силу своей уязвимости нуждаются в особой заботе и охране. Российское государство признает детство важным этапом жизни человека и исходит из принципов приоритетности подготовки детей к полноценной жизни в обществе, развития у них общественно значимой и творческой активности, воспитания в них высоких нравственных качеств, патриотизма и гражданственности.

Политика по воспитанию здорового поколения в основном проводится через следующие **законодательные документы:**

* Всемирная Конвенции о правах ребенка;
* Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года;
* Федеральная целевая программа (ФЦП) «Дети России» на 2007 2010 годы (охватывает 7,5 миллиона детей);
* Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года.

В России насчитывается более 29 миллионов несовершеннолетних граждан. Ежегодно детское население России снижается на 1 миллион человек, а число детей, оставшихся без попечения родителей и находящихся в сиротских учреждениях, возрастает на 4 6 тысяч человек в год. Общая численность детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, составляет около 730 тысяч человек, 180 тысяч из них живут в государственных учреждениях (в стране более 5 тысяч детских домов, приютов и интернатов. Около 30% детей рождаются вне брака. По разным оценкам, в России от 20 до 100 тысяч беспризорных детей. С каждым годом уменьшается число здоровых детей. Только 32% детей в стране признаны здоровыми, 52% имеют функциональные отклонения, из них более 16% — хронические заболевания. Только 30% новорожденных могут быть признаны здоровыми. 600 тысяч детей официально признаны инвалидами.

**Воспитание здорового поколения – это комплексная задача, решаемая в данный момент государством.** Наиболее значимыми, являются следующие аспекты:

* демография: забота о материнстве и детстве;
* здравоохранение: физическое и психологическое здоровье граждан;
* воспитание и социализация.

 В федеральном нацпроекте «Здоровье» воплощается ряд мер, предусмотренных концепцией демографической политики:

* Государственная поддержка семей, имеющих детей
* Материнский (семейный) капитал
* Родовый сертификат
* Обследование новорожденных (неонатальный скрининг**)**

Деятельность воспитателей, родителей и детей построена исходя из таких принципов:

1. Здоровые дети - основа благополучия страны.

2. Здоровье – основа развития и жизненного успеха личности.

3. Жизнь ДОУ, живая и интересная.

4. Здоровый воспитатель - здоровый ребёнок.

5. Инициативные, ответственные, ведущие здоровый образ жизни родители - основа благополучного всестороннего развития детей.

**3. Роль семьи в формировании здорового образа жизни у детей.**

Семья – это среда жизни и развития ребёнка. Все родители хотят видеть своих детей здоровыми, веселыми, хорошо физически развитыми. Поэтому, одновременно с заботой о чистоте тела и с удовлетворением потребностей в пище, необходимо создать условия для реализации потребности в активных движениях, которые повышают устойчивость к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма. Здоровье ребенка во многом определяется отношением родителей к его физическому воспитанию. Замечено, что дети усваивают образ жизни родителей, их привычки, их отношение к жизни, в том числе к физической культуре. Положительный пример родителей существенно влияет на формирование у детей стремления заниматься физической культурой в свободное время всей семьей. Формы могут быть разными : туристические походы пешком или на лыжах, игры, участие в коллективных соревнованиях.

Велика роль примера родителей и старших членов семьи. Если взрослые регулярно занимаются физической культурой и спортом, соблюдают режим, правила гигиены и закаливания, то дети, глядя на них, систематически будут делать утреннюю зарядку, заниматься физическими упражнениями и спортивными играми.

У детей важно формировать интерес к оздоровлению собственного организма. Чем раньше ребенок получит представление о строении тела человека, узнает о важности закаливания, движения, правильного питания, сна, тем раньше он будет приобщен к здоровому образу жизни. Если же ребенка насильно принуждают заниматься физкультурой, а также соблюдать правила гигиены, то ребенок быстро теряет интерес к этому.

Именно родители формируют у детей потребность в систематических занятиях физической культурой и в здоровом образе жизни.     Если только родители ведут здоровый образ жизни, они могут формировать у своих детей навыки здорового образа жизни.

**Основные методы взаимодействия ДОУ и родителей в работе по формированию основ здорового образа жизни у детей.**

Работа образовательного учреждения и семьи по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников представляет собой планомерный, последовательный и целенаправленный процесс, включающий в себя три направления - это взаимодействие с сотрудниками ДОУ (воспитателями, мед. работниками, специалистом по физической культуре ), взаимодействие с родителями и с детьми.

Эффективность дают такие формы работы, на которых знания преподносятся в процессе сотрудничества воспитателя и родителей, активного взаимодействия взрослого и ребёнка. Взаимодействуя с родителями, я ставлю следующие задачи:

1. Ориентировать семью на воспитание здорового ребёнка.

2. Обеспечить тесное сотрудничество и единые требования ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.

3. Формировать у родителей теоретические знания, закрепить навыки и выработать потребность в здоровом образе жизни.

4. Повысить интерес родителей к деятельности ДОУ и жизни ребенка в нем.

Для того чтобы определить направление и выбрать наиболее эффективные формы работы с каждой семьёй или конкретной группой родителей, необходимо получить информацию об особенностях их образа жизни. Форма общения ни в коем случае не должна носить поучающего характера, а быть совместной попыткой рассмотреть актуальную для всех проблему со всех сторон. Свою работу с родителями я строю по двум направлениям:

- просвещение самих родителей,

- активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми.

В течение учебного года проводятся тематические родительские собрания, обновляется уголок здоровья, проводятся индивидуальные консультации, беседы за круглым столом.

Традиционными в ДОУ стали такие мероприятия как:

- Дни здоровья;

- игры - эстафеты;

- военно-спортивные праздники;

- семейные состязания «Спортивная семья»;

Идеи и формирование здорового образа жизни (с использованием потенциала физической культуры) дадут плоды только тогда, когда ими проникнутся все участники открытого образовательного пространства от руководства государства, ДОУ до родителей и каждого ребёнка.

**4.** Деловая игра «Анатомия и физиология дошкольника»