**Консультация для воспитателей «Валеологическое просвещение родителей дошкольника»**

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие и становление функциональных систем организма. В настоящее время в связи с катастрофическим ухудшением состояния здоровья населения и детей особенно остро стоит проблема взаимодействия ДОУ и семьи по воспитанию здорового подрастающего поколения. В дошкольном образовательном учреждении задача сохранения и укрепления здоровья детей всегда была приоритетной.

Впервые о необходимости валеологического просвещения человека заявил крупнейший отечественный микробиолог, врач Илья Ильич Мечников. Он считал: самое главное — научить человека правильному, безошибочному выбору в любой ситуации только полезного, содействующего здоровью и отказу от всего вредного.

Необходимость валеологического просвещения подчеркивают и исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7 — 8% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 60% от его образа жизни. Изучив психолого-педагогическую литературу по проблеме валеологического просвещения было определено, что **«валеологическое просвещение** — это процесс, который направлен на сохранение и укрепление здоровья детей, родителей, педагогов, его осуществление связано с изменением отношения к здоровью родителей, ребенка, педагогического коллектива; это инновационный процесс, охватывающий весь коллектив, его осуществление связано с перестройкой в сознании всех участников педагогического процесса, то есть валеологическое просвещение выступает как комплексный педагогический феномен».

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.

В соответствии с этим валеологическое просвещение родителей включает: • ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития; • участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей; • целенаправленную санпросвет работу, 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; • обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу , разнообразным видам закаливания и т.д.); • ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ.

Для реализации этих задач широко используются: • информация в родительских уголках, в папках-передвижках; • консультативная помощь; • родительские собрания с участием психолога, медсестер, инструктора по физическому воспитанию; • семинары-практикумы; • деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми, разбором проблемных ситуаций по видеосъемкам, решением педагогических кроссвордов и т.д.; • «дни открытых дверей» для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий; • совместные физкультурно-массовые мероприятия дошкольного учреждения.

Особое значение в пропаганде здорового образа жизни в дошкольных образовательных учреждениях придается наглядным средствам, которые призваны познакомить родителей с условиями, задачами, содержанием и методом воспитания здоровых детей, преодолеть их зачастую поверхностные суждения о важности здорового образа жизни детей, оказывать семье практическую помощь. Газеты, буклеты, памятки отражают самые актуальные проблемы здорового образа жизни детей. Также могут быть подобраны рекомендации специалистов по интересующей родителей проблеме здоровьесохранения детей. Тематика газет может быть разнообразной: «Дневной сон: нужен ли и когда него отказываться», «Дыхательная гимнастика и здоровье ребенка», «Тайны здоровой пищи». 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. Таким образом, технология 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.