«О состоянии здоровья дошкольников».
Взаимодействие детского сада и семьи.

Нет задачи сложнее, а может важнее, как вырастить здорового ребенка. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека.
Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.
Как известно, в современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое снижение здоровья населения. Среди школьников за период обучения в 5 раз возрастает частота нарушений органов зрения, в 3 раза – патология пищеварения и мочеполовой системы, в 5 раз - нарушение осанки, в 4 раза - нервно-психических расстройств. За последние годы в 20 раз увеличилось количество низкорослых детей. Многие годы человек проводит в стенах образовательных учреждений, и поэтому ценностное отношение к здоровью не может формироваться без участия педагогов. Дошкольное учреждение является центром пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений, навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых. И только при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов будет обеспечена положительная динамика показателей здоровья детей и их ориентацию на здоровый образ жизни. Сохранение и укрепление здоровья воспитанников – одна из основных задач детского сада.
Здоровьесбережение и здоровьеобогащение - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ.
К основным направлениям оздоровительной деятельности в детском саду относится:
- организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей;
- организация здорового сбалансированного питания; обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в детском саду;
- организация лечебно-профилактической работы с детьми и сотрудниками; физическое воспитание детей

Работа по физическому воспитанию в детском саду должна строится на основе диагностики, которую проводит педагог по физкультуре с участием медицинских и педагогических работников. Результаты заносятся в карту развития ребёнка, и используется специалистами при планировании работы с детьми. Результаты работы

обсуждаются на медико-педагогических совещаниях и отражаются в тетрадях здоровья, оформленных в каждой группе.
Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация двигательной развивающей среды в дошкольном учреждении.
Большое внимание уделяется воспитанию устойчивого интереса у детей к спорту и физической культуре, расширению творческого потенциала педагогов и родителей в процессе организации игр и прогулок с детьми с позиций физического развития.
Наиболее эффективными формами оздоровления являются:

- утренняя гимнастика;
- физминутки, динамические паузы;
- обеспечение условий для реализации двигательной активности детей в течение дня;
- физкультурные занятия, прогулки;
- совместные досуги с родителями;
- спортивные праздники и развлечения;
- спортивные секции;
- сбалансированное питание в соотношении белков, жиров, растительной пищи, витаминов и микроэлементов.

Вся физкультурно-оздоровительная работа строится с учётом структуры усовершенствованного двигательного режима для детей каждого возраста.

Организованной формой в этом двигательном режиме являются физкультурные занятия. При проведении занятий педагог по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты и др. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию.
Здоровье – это первоэлемент и ключ к любому дальнейшему развитию личности. Поэтому основная задача – уделять внимание физическому, психическому и социальному здоровью, которое служит фундаментом для интеллектуальной и творческой надстройки личности ребенка.