**РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ  ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ  В ДОУ И СЕМЬЕ**

Дошкольный возраст-это период повышенного интереса к укреплению и сохранению здоровья детей, поэтому основной задачей воспитателей, работающих с дошкольниками, является воспитание здорового ребенка с учетом психофизиологических принципов, возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также разработка и внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, формирование у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

Чтобы беречь подрастающее поколение, обеспечить ему здоровое развитие, необходимо усилить внимание к занятиям физкультурой, проводить  систематическую работу по здоровьесбережению  ДОУ . Но для этого нужно, чтобы родители стали нашими помощниками в вопросах  физического воспитания и оздоровления  детей.

Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ повысит результативность воспитательно – образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, если:

- созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий ДОУ;

- обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку при опоре на мониторинг здоровья детей;

- сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

Высочайшие темпы развития общества предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью, но в последнии годы наблюдается заметное ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей, на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, электро – лучевое, «металло – звуковое» облучение (компьютерные игры, длительный просмотр телевизора и т.д.), неправильный образ семьи.

На состояние здоровья ребенка оказывают влияние различные факторы: состояние здравоохранения – 10%; наследственность – 15%; состояние окружающей среды – 25%; социальные условия, образ жизни – 50%. К проблемам детского здоровья относится:

- гиподинамия – нарушение функций опорно – двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения;

- детские стрессы – нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе;

- тревожность - недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье;

Недостаток информации;

В настоящее время имеются данные, согласно которым только 14% из каждой тысячи детей в возрасте до 15 лет могут считаться практически здоровыми. Остальные либо имеют выраженные отклонения в состоянии здоровья (50%), либо страдают хроническими заболеваниями. Практика показывает, что решить проблему сохранения и укрепления здоровья детей одной медициной не под силу. К тому же установка на здоровье (а, соответственно на здоровый образ жизни) не проявляется у человека сама собой, а формируется в результате определенного педагогического процесса.

На протяжении последних лет работы в ДОУ стало заметно, что состояние здоровья детей ухудшается год от года, вот к примеру, 58.2% детей 6 -7 лет имеют функциональные отклонения; 28% дошкольников болеют в течение года более 4 раз; лишь 10% приходят в школу абсолютно здоровыми.

Особо хочется обратить внимание на воспитателей – родителей. Ведь родители являются главными воспитателями своих детей. От того как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома или не находить, и тогда закрепляться, и тогда полученная информация  будет лишней и тягостной для ребенка.

ДОУ реально становиться важным звеном в сохранении здоровья детей. И отправной точкой здоровьесберегающей деятельности современного ДОУ является реализация здоровьесберегающих технологий в условиях психолог педагогического процесса, которые можно рассматривать и как совокупность приемов, форм и методов организации воспитания и обучения дошкольников без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье воспитанников и педагогов.

Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ:

1. Медико – профилактические:

.  Организация мониторинга здоровья дошкольников

* Разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья
* Организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста
* Закаливание
* Организация профилактических мероприятий в детском саду
* Организация контроля и помощь в обеспечение требований СанПиН.

II. Физкультурно-оздоровительные технологии:

* Развитие физических качеств, двигательной активности
* Становление физической культуры дошкольников
* Дыхательная гимнастика
* Массаж и самомассаж
* Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки
* Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье