Одно из наиболее значимых направлений деятельности ДОУ является сохранение и укрепление здоровья воспитанников путем формирования у них осознанного отношения к собственному здоровью. **Здоровье**– это необходимое условия для  полноценного физического и социального развития ребёнка.

**Здоровый образ жизни** — образ жизни человека, направленный на профилактику болезни и укрепление здоровья. В дошкольном детстве  закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Поэтому необходимо создать условия, обеспечивающие психологическое здоровье дошкольника, индивидуальный подход с учетом их личных особенностей, психологический комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду.

**Целью** взаимодействия детского сада и семьи  является создание единого образовательного пространства, в котором всем участникам педагогического процесса (детям, родителям, педагогам) уютно, интересно и полезно.

  Все родители мечтают, чтобы их дети были здоровыми, умными, добрыми, и прилагают для этого соответствующие усилия. Большинство – готово принимать участие в физическом развитии малышей, но этому мешает отсутствие необходимых знаний и умений.

Важным способом реализации сотрудничества педагогов и родителей является организация их совместной деятельности, в которой родители – не пассивные наблюдатели педагогического процесса, а его активные участники, т. е. включение родителей в деятельность дошкольного учреждения. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении и  семье, целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующая здоровье детей

**Система работы с семьей включает** :

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния **здоровья** ребенка и его психомоторного развития;

- ознакомление родителей с содержанием  **физкультурно-оздоровительной** работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

- целенаправленную просветительскую работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания;

- обучение конкретным приемам и методам **оздоровления**(закаливанию, дыхательной гимнастике);

- ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в детском саду.

 Формами  **оздоровления**  детей в детском саду являются :

- Физкультурные занятия

- Утренняя гимнастика

- Физкультминутки (детям предоставляется возможность отдохнуть, расслабиться, переключиться с одного вида деятельности на другой)

- Физкультурное развлечение

- Закаливание после дневного сна (массажные дорожки)

Гимнастика для пальчиков и элементы точечного самомассажа.

Гимнастика для глаз

Физкультурное развлечение

Гимнастика после сна.

Полоскание носо — глотки.

Показываем и даем рекомендации по проведению этих «процедур» в домашних условиях.

Детский сад и семья –  вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в ДОО не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители – педагоги).

От согласованного взаимодействия в триаде ребёнок-педагог-родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив ДОО зависит успешное формирование представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников.

В настоящее время гарантом эффективности работы ДОО с родителями выступают следующие условия:

* ориентация на общение с родителями как единомышленниками в вопросах воспитания и образования детей;
* искреннее, доброжелательное отношение педагога к детям и родителям;
* заинтересованность педагогов в решении проблем дошкольников;
* системный характер работы.

Чтобы родители проявляли больший интерес к воспитательно-образовательной работе педагогов, они должны иметь возможность приобщиться к деятельности детского сада, видеть результаты деятельности своих детей, доброе отношение сотрудников ДОО.

 Работа по созданию единой системы физического воспитания ведётся по средствам организации разнообразных форм взаимодействия детского сада и семьи.

• коллективное сотрудничество (родительские собрания, «круглые столы», тренинги, деловые игры, семинары, досуги, открытые занятия);

• индивидуальное сотрудничество (анкетирование, «обратная связь», консультации, беседы, домашние задания);

• наглядно-информационное сотрудничество (стенды, памятки для родителей, выставки работ)

   В соответствии с этими **подходами система работы с семьей включает** :

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния **здоровья** ребенка и его психомоторного развития;

- ознакомление родителей с содержанием **физкультурно-оздоровительной** работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

- целенаправленную просветительскую работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания;

- обучение конкретным приема и методам **оздоровления**(закаливанию, дыхательной гимнастике);

- ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в детском саду.

Традиционные формы воздействия ДОУ и семьи

Родительские собрания – это действенная форма работы воспитателей с коллективом родителей, форма организованного ознакомления их с задачами, содержанием и методами воспитания детей определенного возраста в условиях детского сада и семьи;

“Круглые столы”.

Педагогические беседы с родителями;

Тематические консультации.

Видеофрагменты организации различных видов деятельности, режимных моментов, занятий;

Фотографии;

Выставки детских работ;

Стенды;

Ширмы;

Папки-передвижки.

Нетрадиционные формы воздействия ДОУ и семьи:

Семинары-практикумы;

Родительские собрания.

Анкетирование;

Социологические опросы;

“Почтовый ящик”.

Совместные досуги;

Праздники;

Участие в выставках, конкурсах, экскурсиях.

Дни открытых дверей;

Родительские уголки;

Фотовыставки;

Копилка Добрых дел

Значение традиционных и нетрадиционных форм взаимодействия ДОУ и семьи очень велико. Данные формы работы достаточно эффективны и могут использоваться в целях педагогического сопровождения семьи, основываясь на педагогических запросах родителей.

В нашей работе с родителями в вопросах формирования здорового образа жизни у детей мы использовали такие формы взаимодействия с семьями воспитанников, как:

-информационно-аналитические

-досуговые

-наглядно-информационне

-познавательные формы работы.

Из всех форм работы с семьями самой интересной и востребованной, а также полезной оказалась и остается досуговая форма работы. Родители, присутствующие на праздничных досугах, с удовольствием участвовали вместе с детьми в различных конкурсах и эстафетах. Оставило множество впечатлений совместное участие родителей и детей в зимней спартакиаде, а также групповое посещение культурно-спортивного фестиваля , где детям и родителям предоставилась возможность наблюдать соревнования в разных категориях и видах спорта, а также самим принимать участие в детско-спортивных мероприятиях.

Такое участие родителей в совместных досугах и праздниках позволяло им увидеть со стороны своего ребенка на фоне других детей, оценить уровень физического развития, приобрести опыт взаимодействия не только со своим ребенком в вопросах воспитания ЗОЖ, но и с родительской общественностью в целом.

С целью педагогического сопровождения семей, обогащения знаниями родителей в вопросах воспитания культуры ЗОЖ мы используем активные формы и методы работы с родителями познавательного направления, такие как:

- групповые родительские собрания, на которых проводились беседы о текущих возрастных особенностях развития детей, о профилактике различных заболеваний и вирусных инфекциях, профилактической вакцинации. Давались рекомендации и проводились консультации по основным компонентам здорового образа жизни дошкольников: Режиму дня, Двигательной активности, Правильному питанию и Закаливанию детского организма. Присутствие родителей в день открытых дверей давало воочию познакомиться им с использующимися на открытом занятии воспитателем здоровьесберегающими технологиями, что давало возможность семьям и в домашних условиях проводить с ребенком различные пальчиковые гимнастики, гимнастики для глаз, дыхательные упражнения. На сегодняшний день в группе оформлена картотека-выставка нестандартного оборудования для игровых оздоровительных массажей, которые семьи могут брать домой и применять на практике в домашних условиях.

Совместная работа ДОУ и семьи по приобщению детей дошкольного возраста к ЗОЖ немыслима друг без друга на современном этапе развития общества.