

«Забота о здоровье – это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А.Сухомлинский.

Согласно ФГОС ДО одной из важнейших задач ДОУ является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Воспитание физически здорового ребенка стало главным стержнем в воспитательно-образовательном процессе дошкольного учреждения. Современная социально-экономическая ситуация привели к резкому ухудшению здоровья населения России, главным образом детского. Решить задачи физического воспитания и развития детей, снижения их заболеваемости можно только совместными усилиями педагогов, медицинских работников и родителей.

Деятельность родителей и педагогов в интересах ребёнка может быть успешной только в том случае, если они станут союзниками, что позволит им лучше узнать ребёнка. Работа над сохранением и укреплением здоровья детей будет успешной лишь при взаимодействии родителей, детей и педагогов. А активность наших родителей связана с активностью самого педагога.

Поэтому мы в своём детском саду создали клуб «Здоровый малыш» для родителей, направленный на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них мотивационных основ здорового образа жизни. В основе деятельности **клуба** – принцип добровольности. Каждое занятие состоит из двух частей: теоретической (предоставляется информация для повышения родительской компетентности по вопросам воспитания, образования и **оздоровления детей**, и практической (совместная деятельность родителей и детей в различных формах: игровое занятие, мастер – класс, тренинги и т.д.)

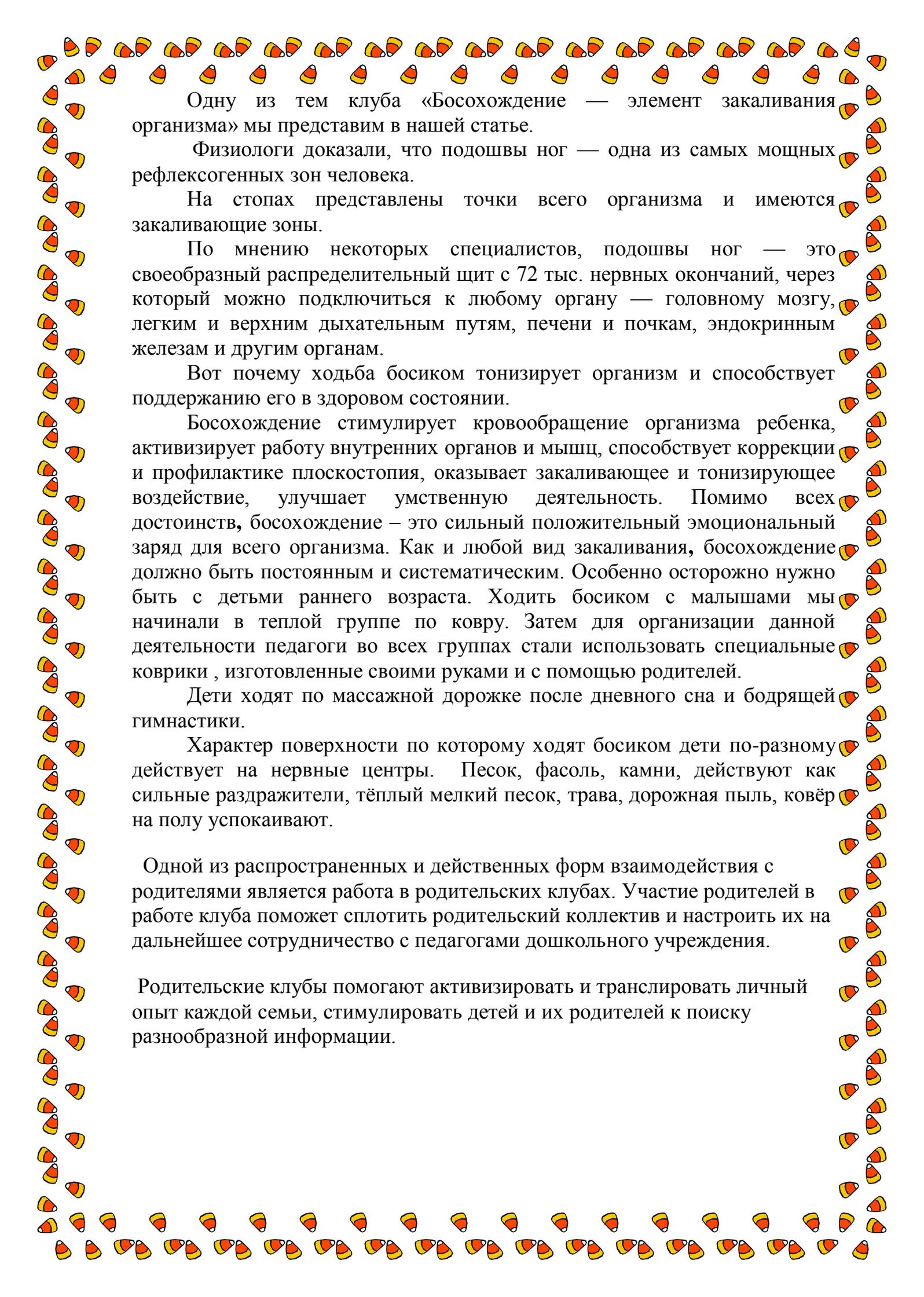
Задачи клуба:

1. Создать единое оздоровительно-образовательное пространство «ДОУ-семья».
2. Повысить педагогическую культуру родителей
3. Приобщить родителей к участию в жизни Д.ОУ через поиск и внедрения наиболее эффективных форм работы

Деятельность клуба осуществляется в соответствии с годовым планом работы МБДОУ.

Заседание клуба проводится не реже 1 раза в квартал и по мере необходимости.

Решение клуба для сотрудников и родителей носит рекомендательный характер.



Одну из тем клуба «Босохождение — элемент закаливания организма» мы представим в нашей статье.

Физиологи доказали, что подошвы ног — одна из самых мощных рефлексогенных зон человека.

На стопах представлены точки всего организма и имеются закаливающие зоны.

По мнению некоторых специалистов, подошвы ног — это своеобразный распределительный щит с 72 тыс. нервных окончаний, через который можно подключиться к любому органу — головному мозгу, легким и верхним дыхательным путям, печени и почкам, эндокринным железам и другим органам.

Вот почему ходьба босиком тонизирует организм и способствует поддержанию его в здоровом состоянии.

Босохождение стимулирует кровообращение организма ребенка, активизирует работу внутренних органов и мышц, способствует коррекции и профилактике плоскостопия, оказывает закаливающее и тонизирующее воздействие, улучшает умственную деятельность. Помимо всех достоинств, босохождение — это сильный положительный эмоциональный заряд для всего организма. Как и любой вид закаливания, босохождение должно быть постоянным и систематическим. Особенно осторожно нужно быть с детьми раннего возраста. Ходить босиком с малышами мы начинали в теплой группе по ковру. Затем для организации данной деятельности педагоги во всех группах стали использовать специальные коврики, изготовленные своими руками и с помощью родителей.

Дети ходят по массажной дорожке после дневного сна и бодрящей гимнастики.

Характер поверхности по которому ходят босиком дети по-разному действует на нервные центры. Песок, фасоль, камни, действуют как сильные раздражители, тёплый мелкий песок, трава, дорожная пыль, ковёр на полу успокаивают.

Одной из распространенных и действенных форм взаимодействия с родителями является работа в родительских клубах. Участие родителей в работе клуба поможет сплотить родительский коллектив и настроить их на дальнейшее сотрудничество с педагогами дошкольного учреждения.

Родительские клубы помогают активизировать и транслировать личный опыт каждой семьи, стимулировать детей и их родителей к поиску разнообразной информации.

