

## Консультация для родителей «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей»

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания ребенка-дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – детского сада и семьи. Совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение.

Семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата. Следовательно, возрождение традиций семейного физического воспитания в современных условиях имеет значение не только для улучшения здоровья подрастающего поколения, но и для укрепления семейных ценностей.

Самыми распространенными причинами, мешающими родителям уделять внимание здоровью детей, являются: дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости, отсутствие специальных знаний и умений.

Первоочередными задачами по охране здоровья детей являются:

- создание условий для целесообразной двигательной активности и закаливания детского организма;
- воспитания положительного отношения к физическим упражнениям, подвижным играм и закаливающим процедурам, к правилам личной гигиены, соблюдению режима дня;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- развитие физических и нравственно-волевых качеств личности;
- формирование доступных первоначальных представлений и знаний об организме человека, влиянии физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режиме дня на укрепление здоровья;



- воспитание потребности в здоровом образе жизни, в двигательной деятельности.

Родители являются самыми первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем возрасте.

И в этой связи ДОО должно определять условия работы с родителями, совершенствовать содержание, формы и методы сотрудничества ДОО и семьи в воспитании детей с учетом изменяющихся условий, вариативных образовательных программ и запросов семей.

Под педагогической культурой родителей понимается их достаточная подготовленность, развитие тех качеств личности, которые отражают степень их зрелости как воспитателей и проявляются в процессе семейного и общественного воспитания детей. Ведущим компонентом педагогической культуры родителей является их педагогическая подготовленность, которая характеризуется определенной суммой психолого-педагогических, физиолого-гигиенических и правовых знаний, а также умением и навыкам родителей, выработанными в процессе практики воспитания детей.

Общепризнано, что *фундамент здоровья ребенка закладывается в семье*. И хотя широкое распространение современных средств массовой информации способствует повышению санитарно-гигиенических знаний населения, но, к сожалению, не всегда меняет поведение людей.

Успешное решение задач воспитания и соблюдения прав ребенка возможно только при объединении усилий семьи и других социальных институтов, обеспечивающих воспитательный процесс и взаимодействие ребенка, родителей и социума.

Подготовил воспитатель Мартынюк Е.А.



## Памятка для родителей *"Как защитить здоровье детей зимой"*

1. Самая большая угроза подхватить простудные или инфекционные заболевания не на детской площадке, а во время посещения с ребенком многолюдных общественных мест: транспорт, магазины или торговые центры - постарайтесь не брать с собой малыша в те места, где риск передачи инфекции слишком высок.

2. Ограничьте всевозможные контакты ребенка с людьми, которые имеют симптомы каких-либо простудных или инфекционных заболеваний. Некоторые инфекции передаются воздушно-капельным путем.

3. Соблюдайте простейшие правила гигиены - угроза вирусов значительно снизится, если воспитывать привычку мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

4. Чтобы защитить ребенка от простуды необходимо пить достаточно жидкости. В холодное время года фрукты и натуральные соки дополнительно обеспечивают организм малыша витаминами.

5. Следите за влажностью воздуха в квартире. Не забывайте про проветривание комнат.

6. Один из важных факторов, от которых зависит здоровье ребенка зимой это правильный выбор одежды и обуви. Используйте легкую, многослойную одежду, которую можно легко снять в помещении. В слишком тяжелых и теплых вещах ребенок быстро потеет, а это плохо сказывается на его здоровье. Обувь не должна стеснять движения или приводить к перегреванию.

7. Если день солнечный, но морозный это не должно вас пугать, ведь солнечные лучи не только способствуют выработке витамина Д, но и повышают наше настроение.

8. Если малыш на прогулке замерз, опустите его ноги в горячую ванночку с экстрактом эвкалипта. Этот вид масла ускорит кровообращение в конечностях и в горле - и простуда отступит.

9. Не забывайте и про уход за кожей ребенка в зимний период. За 15-20 минут до выхода на прогулку смажьте область вокруг рта специальным кремом, а на губы нанесите тонкий слой вазелина.



Подготовил воспитатель Мартынюк Е.А.