**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ГОРКИ – Х»**

143032, Московская область, Одинцовский район, поселок Горки-10, д. 15 Б

ИНН 5032036104, КПП 503201001, ОГРН 1035006471500

Тел/факс: 495-634 25 05/495-634 25 06

**Семинар**

**для инструкторов по физической культуре**

**Одинцовского городского округа**

**по теме: «Сохранение и укрепление здоровья детей, их физического развития через совместную деятельность с семьями воспитанников в контексте ФОП ДО»**

**Сообщение из опыта работы**

**«Сохранение и укрепление здоровья детей, их физического развития через совместную деятельность с семьями воспитанников в контексте ФОП ДО»**

Составила инструктор по физической культуре

первой квалификационной категории:

Нестерова Екатерина Дмитриевна

п. Горки-10, 2024 г.

**Сохранение и укрепление здоровья детей их физического развития через совместную деятельность с семьями воспитанников.**

**Наш девиз:** Играя, оздоравливать, играя воспитывать, играя обучать.

Одно из приоритетных направлений деятельности нашего детского сада сохранение и укрепление здоровья воспитанников путем формирования у них сознательного отношения к собственному здоровью. Как известно, развитие и воспитание ребенка во многом зависит от окружающих взрослых и от того, какой пример они подают своим поведением. Поэтому сознательное отношение к собственному здоровью и здоровью детей в первую очередь следует формировать у родителей.

Принимая во внимание актуальность данного вопроса, мной разработана система работы с воспитанниками и их родителями по приобщению к здоровому образу жизни.

**Цель:** формирование здорового образа жизни дошкольников через взаимодействие с родителями.

**Задачи:**

* создавать систему взаимодействия с семьей в процессе воспитания у детей интереса к занятиям физкультурой и спортом на основе открытости ДОО
* максимально использовать имеющиеся ресурсы: образовательные и материально-технические
* формировать жизненно необходимые навыки в соответствии с индивидуальными способностями
* обеспечивать физическое и психическое благополучие
* формировать у детей систему знаний о собственном теле, здоровом образе жизни, культурно-гигиенических навыках.

Решение этих задач возможно при условии заинтересованного и активного партнерства воспитателей, и родителей.

В своей работе я использую активные формы и методы работы с родителями:

**Консультации**

Проводится консультативная работа, освещая вопросы охраны жизни и здоровья детей, укрепления их психического и физического здоровья. Я подбираю материал для родителей для индивидуальных бесед, папок – передвижек, а также имею возможность откорректировать работу по физическому развитию воспитанников в соответствии с запросами родителей. Так, вниманию родителей были предложены следующие темы:

* «Физическое воспитание детей в семье»
* «Здоровье ребенка в наших руках»
* «Значение прогулки для профилактики простудных заболеваний и укрепления здоровья детей»;
* «Закаливание. Факторы закаливания. Виды закаливания. Укрепление защитных сил организма ребенка при помощи закаливания»;
* «Профилактика плоскостопия»

**Организованная деятельность детей с участием родителей.**

В качестве наиболее эффективной формы повышения компетентности родителей выступают совместные физкультурные занятия, которые формируют у родителей основы физкультурной грамотности. Большую часть занятия дошкольник выполняет задания вместе с родителем, при этом каждый выступает в роли партнера, помощника и тренера. Совместная двигательная деятельность раскрепощает их, способствует эффективному, эмоциональному общению с детьми.

Каждый год провожу совместные с родителями спортивные праздники и досуги. Совместные физкультурные досуги, позволяют приобщить к здоровому образу жизни не только воспитанников детского сада, но и их родителе.

В результате дети привыкают к тому, что вместе с мамой и папой – они занимаются с удовольствием спортом, а я стараюсь им в этом помочь.

**Выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями стенгазет о здоровом образе жизни.**

Организую выставки рисунков и стенгазет, пропагандирующие здоровый образ жизни. Дети и родители с удовольствием принимают участие в изготовлении поделок и работ. Данный вид деятельности детей и родителей сближает, мотивируют к занятиям спортом, а так же приносит много положительных эмоций.

**Участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов.**

На сегодняшний день можно сказать, что у нас сложилась определенная система в работе с родителями. Использование разнообразных форм работы дало определенные результаты: родители из «зрителей» и «наблюдателей» стали активными участниками и помощниками воспитателей и инструктора по физической культуре, создана атмосфера взаимоуважения.

Родители помогают украшать зал перед проведением мероприятий, готовы взять на себя роль героя мероприятия, быть активными болельщиками на наших спортивных состязаниях, организовать сюрпризный момент.

**Совместное создание развивающей предметно – пространственной среды.**

Каждый год проводится неделя Здоровья, в которой родители и дети принимают активное участие. Пополняют физкультурный зал и центры для самостоятельной двигательной деятельности детей в группах спортивным оборудованием, изготовленным своими руками из подручного и бросового материала.

Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания.

Я убеждена, что наше взаимодействие с родителями в физкультурно-оздоровительной деятельности будет способствовать правильному физическому развитию дошкольников, укреплению их физического и психического здоровья, снижению заболеваемости, улучшению качества детско-родительских отношений и педагогической компетентности родителей. И что хочется сказать в заключении? Работы много, предстоит найти новые подходы к родителям, чтобы вовлечь их в совместную работу, но, когда что-то получается нам педагогам, детям и родителям это очень нравится.