**Формы взаимодействия ДОУ и семьи в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни**

Тема формирования у детей дошкольного возраста понятий, мотивов и убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни является наиболее актуальной в реалиях современного мира. Ведь здоровье каждого ребенка определяется соотношением как внешних, так и внутренних воздействий на его организм. На сегодняшний день вопрос организации работы педагогов ДОУ с семьями воспитанников очень актуален. Формирование у детей навыков и основ здорового образа жизни невозможно без тесного сотрудничества педагогов с семьей. Комплексные подходы к формированию здорового образа жизни у дошкольников позволяют привить привычки и навыки, которые послужат основой для их дальнейшей жизни.

Основной задачей современного общества является формирование основ здорового образа жизни для подрастающего поколения. Начинать этот процесс необходимо с самого раннего возраста через всевозможные оздоровительные мероприятия в системе взаимодействия ДОУ и семьи. Семья и образовательное учреждение могут и должны помочь детям осознать ценность здоровья. Выдающийся отечественный педагог В.А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это

важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей за- висит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» [6].

В дошкольном возрасте дети начинают соотносить занятия физкультурой с укреплением своего здоровья. Тем не менее, несмотря на уже имеющиеся представления о здоровье и о способах его сохранения, отношение к нему у детей дошкольного возраста остается достаточно пассивным. Причиной такого отношения является недостаток необходимых знаний о способах сохранения и укрепления здоровья.

Сегодня педагогам известно множество образовательных технологий для развития представлений о здоровом образе жизни. К способам сохранения и стимулирования самочувствия относятся: дорожки здоровья, самомассаж, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, коррегирующая гимнастика, подвижные и спортивные игры, фитбол.

К технологиям обучающим здоровому образу жизни относятся: утренняя гимнастика, организованная образовательная деятельность, всевозможные спортивные игры (баскетбол, футбол и т.д.), физкультурные досуги, Дни здоровья.

Коррекционно-развивающие технологии: музыкальное сопровождение способствует уменьшению напряженности, развитию внимания и чувства ритма. Одновременно является и средством снятия возбуждения и усталости.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Личностно ориентированные технологии предполагают использование разнообразных форм и методов организации детской деятельности. Для решения этих задач применяются следующие компоненты:

* создание положительного эмоционального настроя всех участников, а именно ребенка и родителей;
* использование проблемных творческих заданий;
* стимулирование участников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий;
* рефлексия.

Использование этих технологий позволяет обеспечить наиболее благоприятные условия, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка и свести к минимуму негативные факторы, способные нанести вред детскому здоровью.

Следует отметить, что мероприятия в детском саду имеют свою специфику: они должны быть достаточно эмоциональными и яркими. Использование ИКТ в организованном обучении позволяет своевременно и оперативно проинформировать родителей о физкультурно- оздоровительной работе в ДОУ, ее результатах и возможных путях улучшения, об особенностях физического развития дошкольников. ИКТ открывают возможности для пропаганды здорового образа жизни, делают процесс физического воспитания более современным, разнообразным и насыщенным. Позволяют оперировать большими объемами информации, обеспечивают наглядность и эстетику оформления физкультурно- оздоровительных мероприятий. Таким образом, процесс физического воспитания протекает более убедительно, что развивает интерес к спортивным мероприятиям. ИКТ способствуют адаптации детей в современном информационном пространстве и формированию информационной культуры, используются в различных формах физкультурно-оздоровительных мероприятий и сочетаются с различными информационными источниками и педагогическими технологиями, позволяют более качественно провести диагностику и мониторинг физкультурно-оздоровительной работы, тем самым повышают качество педагогического труда.

В формировании компетентности в области укрепления здоровья большая роль отводится подвижным играм. Игра или элементы игры, целесообразно включенные в обучение, придают учебной задаче конкретный, актуальный смысл, мобилизуют мыслительные, эмоциональные и волевые силы, ориентируют их на решение поставленных задач [2]. Здоровьесберегающий характер игровых технологий заключаются в том, что игра – это не только известная, привычная и любимая форма деятельности для человека любого возраста, но и одно из наиболее эффективных средств активизации, которое вовлекает участников в игровую деятельность за счет содержательной природы самой игровой ситуации. Игра способна вызывать у участников физическое и эмоциональное напряжение.

Использование данных технологий направлено на воспитание у ребенка ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. Разнообразие форм сотрудничества с семьей по вопросам формирования здорового образа жизни позволяет привить детям чувство ответственности за свое здоровье, желание поддерживать хорошую спортивную форму, быть физически активным и стремиться к достижению новых знаний. Активизируя роль родителей через организацию совместной деятельности детей и взрослых, можно достичь наилучших результатов в физическом развитии и оздоровлении дошкольников.

**Литература**

1. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г.Алямовская. – М.: ЛИНКА ПРЕСС, 1993. – 109 с.
2. Волошина, Л.Н. Игровые программы и технологии физического воспитания дошкольников / Л.Н.Волошина // Физическая культура. Образование, воспитание, тренировки. – 2004. – №4.
3. Волошина, Л.Н. Теория и практика развития здоровьесберегающего образовательного пространства в комплексе «Дошкольное учреждение- педагогический колледж» / Л.Н.Волошина. – Белгород: ГОУ ВПО Бел- городский ГУ, 2005. – 150 с.
4. Виноградова, Н.Ф. Воспитателю о работе с семьей: учебно- методическое пособие / Н.Ф.Виноградова. – Екатеринбург, 2007. – 218 с.
5. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А.Рунова. – М., 2000.