Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна значимость формирования у детей дошкольного возраста определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом. Проблема здоровья детей всегда находилась в центре внимания педагогов, интерес к ней не ослабевает и сегодня, поскольку изменение социальных условий привело не только к пересмотру, но и существенному расхождению взглядов различных социальных институтов на цели и содержание физического и психического развития ребенка-дошкольника. В частности, в условиях системного рассогласования отношений человека с внешней природной средой необходим пересмотр педагогических путей и условий валеологического воспитания детей. В силу этого возникает потребность в создании гибких социально-педагогических технологий здоровьесберегающего обучения и воспитания личности в условиях государственных воспитательно-образовательных учреждений. Использование педагогами данных технологий позволит сформировать основы здорового образа жизни, развить у ребенка чувство сопереживания другим людям, определенные навыки саморегуляции, позволяющие предупреждать девиантное поведение.

Одновременно с использованием инновационных технологий важнейшим фактором воздействия на личность ребенка является атмосфера родственных эмоциональных связей. Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребенка к родителям делают его особо восприимчивым к их воздействию. Семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства.

Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника.Как показывает практика, и подтверждают педагогические исследования, родители признают приоритет дошкольного учреждения в решении воспитательно-образовательных задач, но не считают нужным участвовать в педагогическом процессе. Педагоги недооценивают роль семьи и не стремятся объединить с родителями усилия для развития и воспитания детей, поэтому не налаживают надлежащим образом обратную связь, не используют в полной мере влияние семьи на воспитание ребенка.

Современная педагогическая наука располагает многочисленными свидетельствами, подтверждающими то, что веками вызревало в народной практике воспитания, прогностически отмечалось в трудах выдающихся мыслителей прошлого, а именно: бесспорный приоритет семейного воспитания в развитии личности ребенка (К.Д. Ушинский, В.А. Сухомлинский и др.).

Семья является источником и важным звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, и, прежде всего, опыта эмоциональных и деловых взаимоотношений между людьми. Учитывая это, можно с полным правом считать, что семья была, есть и будет важнейшим институтом воспитания, социализации ребенка.

Современная наука располагает многочисленными данными, свидетельствующими о том, что без ущерба для развития личности ребенка невозможно отказаться от семейного воспитания, поскольку оно дает ребенку всю гамму чувств, широчайший круг представлений о жизни. Кроме того, его сила и действенность несравнимы ни с каким, даже очень квалифицированным, воспитанием в детском саду или школе.

Сегодня под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Большое значение при этом уделяется формированию физической культуры личности как значительной части общечеловеческой культуры.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В теории и практике разработано множество различных формулировок, определяющих понятие здоровья. Официальным определением можно считать дефиницию, принятую Всемирной организацией здравоохранения и записанную в ее уставе. В соответствии с данным документом, здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Основой педагогической модели по формированию здорового образа жизни является на наш взгляд, воспитание не только физически крепкого ребёнка, но и цельной личности с устойчивой нервной системой, готовой к успешной бытовой, трудовой и социальной адаптации к реальным условиям жизни, к интеграции в обществе. Для этого будет необходимо решить следующие задачи:

создать развивающую среду – пространство самореализации;

помочь ребёнку накопить необходимый опыт и знания для успешного выполнения главных задач воспитательно-оздоровительной работы по укреплению его физического и психического здоровья;

сформировать через активную деятельность здоровый организм ребенка его динамическое и устойчивое состояние к экстремальным ситуациям;

стимулировать дошкольника включиться в процесс физического развития и двигательной активности, побуждать его к самопознанию и одновременно создавать условия для внутренней активности личности;

направлять совместную работу всего педагогического коллектива и родителей на развитие и закаливание организма ребенка;

формировать навыки саморегуляции поведения дошкольника, направленные на осознанное сохранение и укрепление своего здоровья.

Педагогическая технология формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста – это специальным образом организованный педагогический процесс, позволяющий ребенку получить элементарные анатомические и медицинские знания о собственном организме; целенаправленно и гарантированно обеспечивающий сохранение, поддержание, укрепление и наращивание здоровья его субъектов в единстве всех его составляющих в ходе их взаимодействия в учебно-воспитательных ситуациях.

Разработанная модель организации работы по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников представляет собой планомерное, последовательное и целенаправленное взаимодействие, включающее три взаимосвязанных и взаимодополняющих блока: взаимодействие с педагогами, с родителями и с детьми в данном направлении.

Алгоритм взаимодействия выглядит следующим образом.

1) Самосовершенствование педагогов: перестройка мышления на здоровый образ жизни; пополнение собственного багажа теоретических знаний (анатомия, физиология, психология, теория и методика физического воспитания, гигиена и др.); овладение оздоровительными системами и технологиями в области физической культуры; приобретение и закрепление практических навыков здорового образа жизни (зарядка, водные закаливающие процедуры, регулярные пешие прогулки, выполнение дыхательных упражнений и т.п.).

2) Работа с родителями включает: проведение теоретико-практических семинаров по вопросам оздоровления (закаливание, двигательная активность, питание, релаксация, дыхательные системы и т.д.); практических семинаров; семейных соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья»; дней открытых дверей и других мероприятий.

3) Работа со старшими дошкольниками по здоровьесбережению включает: формирование адекватных представлений об организме человека (о строении собственного тела); осознание самоценности своей и ценности жизни другого человека; формирование потребности в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни; привитие навыков и гигиены, первой медицинской помощи, умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков; умение сочувствовать, сопереживать.

Только совместная деятельность педагогов, родителей и детей может дать значимый результат.

Данная модель предполагает не только целенаправленную работу с дошкольниками, но и обязательное активное включение (взаимодействие) педагогов и родителей в процесс формирования основ здорового образа жизни у детей.

Реализация системной, целенаправленной педагогической деятельности с семьями по формированию основ здорового образа жизни способствует повышению уровня готовности родителей к поддержке работы, осуществляемой в дошкольном образовательном учреждении, повышению их психолого-педагогической компетенции.

Доказательством эффективности предложенной модели взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и семьи по формированию основ здорового образа жизни у старших дошкольников служит положительная динамика показателей физического развития, повышение степени резистентности по кратности к острым заболеваниям, а так же значительное улучшение социального самочувствия детей.

ГУО «Ясли-сад №114 г.Гомеля»

Отдел образования спорта и туризма администрации Железнодорожного района г.Гомеля

**Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи в формировании основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста**

Педагог-психолог Красюк Н.Г.