Инструктор по физической культуре

Еемельянова Л.А

«…Физическое воспитание- это то,

что обеспечивает здоровье

       и доставляет радость».

Крэттен

Великая ценность каждого человека – здоровье. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым- это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.  
Семья и детский сад - те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, задержки в развитии быстроты, ловкости, координации движений.  
Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране.  
С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению детей должны находиться семья и д/сад как две основные социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка.  
В Концепции дошкольного воспитания подчеркивается: "Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагога. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и д/садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов".  
Все это требует переосмысления и изменения содержания и форм работы с семьей.  
Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое общество (детей-родителей-педагогов), для которого характерно содействие друг другу, учет возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей.  
Организуя сотрудничество с семьей по воспитанию здорового ребенка и глубоко понимая, тесную взаимосвязь данной работы с содержанием всей физкультурно-оздоровительной программы д/сада, надо особое внимание уделять поиску новых подходов к физическому развитию детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма.  
Таким образом, совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику.  
1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателю, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.  
2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с контрольным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.  
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.  
4. Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в  
семье, а родителей в детском саду.  
В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:  
- Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;  
- Участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей; целенаправленную санпросветработу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного  
сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима.  
- Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работой в д/саду.  
- Обучение конкретным приемам и методам оздоровления ( дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания).  
- Ознакомление с мероприятиями, проводимыми в д/саду, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма. В этих целях хорошо используются: информация в родительских уголках, в папках передвижках.  
- Различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, инструктора по физическому воспитанию, а также родителей с опытом семейного воспитания.  
- Совместные физкультурные досуги, праздники.  
Для того чтобы довести информацию до родителей в своей работе мы используем различные формы:

Формы работы с родителями

Анкетирование и тестирование родителей  
Беседы   
Консультации медицинского работника  
Физкультурные досуги и развлечения   
Диагностика по группам  
Родительские собрания   
Папка-передвижка в каждой группе  
Информация на стендах   
Дни здоровья  
  
В результате информация и практический опыт, полученный родителями, помогут: повысить эффективность работы по оздоровлению детей; получить необходимые знания о физическом развитии ребенка; сформировать потребность в здоровом образе жизни в своей семье; снизить «дефицит» положительных эмоций у детей, создать атмосферу праздника при совместной спортивной деятельности.  
Педагоги и врачи неоднократно подчеркивали ведущее значение положительных эмоций в воспитании здорового подрастающего поколения. Ребенку необходимы условия для увлекательной, эмоционально насыщенной деятельности. Родители должны постоянно поддерживать у детей чувство жизнерадостности и бодрости. И, прежде всего, как и в прочих аспектах воспитания, личным примером. Воспитание здоровых детей требует от родителей самообладания, самоограничения, чувства меры.  
Между членами семьи должны быть доброжелательные отношения. Скандалы, пререкания, резкость в обращении старших друг с другом, даже просто отсутствие такта травмируют нервную систему ребенка, ведут к неуравновешенности, раздражительности и нервозности. Отрицательный результат дают и неумеренные запреты – «нельзя», «не бери», «не бегай», «не шуми». Жестко авторитарное воспитание столько же мало способствует нормальному развитию детей, сколько и противоположная крайность в виде вседозволенности.  
Для полноценного развития ребенка необходимо уже в дошкольном возрасте научить его трудиться. Когда ребенок будет трудиться и отдыхать вместе с родителями, он почувствует, что это весело, почувствует положительную эмоциональную окраску, у него увеличится работоспособность и улучшится настроение.  
Воспитать ребенка здоровым – это значит, с самого раннего детства научить его вести здоровый образ жизни. Его основные компоненты: рациональный режим, систематические физкультурные занятия, использование эффективной системы закаливания, правильное питание, благоприятная психологическая обстановка в семье.

Детей учит то, что их окружает.

• Если ребёнка часто критикуют – он учится осуждать  
• Если ребёнку часто демонстрируют враждебность – он учится драться  
• Если ребёнка часто высмеивают – он учится быть робким  
• Если ребёнка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым  
• Если к ребёнку часто бывают снисходительны – он учится быть терпимым  
• Если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе  
• Если ребёнка часто хвалят – он учится оценивать  
• Если с ребёнком обычно честны – он учится справедливости  
• Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить  
• Если ребёнок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.