***Цель*:**

Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.

***Задачи*:**
• Познакомить родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы ДОУ и результатами деятельности педагогического коллектива по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

• Дать советы и рекомендации родителям по поводу укрепления здоровья их ребенка и воспитания привычки к здоровому образу жизни.

• Способствовать осознанию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.

• Познакомить родителей с отношением ребенка к здоровью, и особенностями знаний детей о здоровье человека

Здравствуйте. Нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение.
Какими мы хотим видеть наших детей? Конечно, ответ один, они должны быть: здоровыми, крепкими и развитыми. Как добиться этого? Что для этого делаем мы - взрослые?
Забота о воспитании здорового ребенка является одной из главных задач в работе нашего дошкольного учреждения. Такой ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.
Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и детей. Так что же взрослые могут сделать, для того чтобы приобщить детей к здоровому образу жизни? Дошкольный возраст – очень важный период для раннего приобщения ребёнка к заботам о своём здоровье, для оздоровления детского организма, поэтому проблема сохранения здоровья и воспитания здорового образа жизни является для нашего ДОУ актуальной, важнейшим условием оздоровления является организация двигательной активности детей.

Двигательная активность способствует:
- повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
- росту физической работоспособности;
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
- появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

Для этой цели в детском саду оборудован зал для физкультурных занятий, оснащенный гимнастическими скамейками, спортивными матами, массажными ковриками для профилактики плоскостопия, мячами, кеглями, обручами и т.д.

В группах оборудован спортивный уголок, где дошкольники занимаются самостоятельно и под наблюдением воспитателя. В доступном месте расположены предметы для игр: мелкий спортивный инвентарь для метания, прыжков, ловли и т.д.
Одной из главных форм организации оздоровительной работы с детьми – является занятие физической культурой. На занятии дети осваивают основные виды движений (прыжки, бег, метание, ходьба и т.д.), развивают физические качества (силу, быстроту, гибкость и т.д.). Так же на занятиях формируются навыки правильного дыхания, укрепляется «мышечный корсет».

Нельзя представить оздоровительной работы без утренней гимнастики и гимнастики пробуждения, прогулок, основой которых является двигательная активность, включающая проведение подвижных игр, закаливания, трудовой деятельности.

С целью повышения сопротивляемости защитных свойств организма, улучшения физической и умственной работоспособности используются здоровьесберегающие технологии:

- самомассаж
-точечный массаж
-дыхательная гимнастика
-закаливание
-профилактика плоскостопия
-профилактика нарушения осанки
-физкультминутки
-гимнастика пробуждения

К формам физкультурно-оздоровительной работы детского сада также относится и организация и проведение спортивных праздников, досугов, развлечений.

Хотелось бы, чтобы в результате нашей совместной работы вы поняли необходимость изменения подхода к формированию здоровья дошкольника. Этот переход должен быть связан с изменением отношений и родителей и детей к своему здоровью, осознанием его уникальной ценности, возможности его активной коррекции, то есть управления процессом формирования здоровья и индивидуального стиля здорового образа жизни.