

## **Здоровье ребенка в наших руках.**

В современном мире проблема здоровья детей становится одной из актуальных проблем. Родители и педагоги дошкольного образования обеспокоены тем, что нужно сделать, чтобы ребенок, входящий в этот мир, стал уверенным, счастливым, умным, добрым и успешным.

6 марта 2015 года в клубе общения «Солнышко» в МАДОУ «Верхнекетский детский сад» прошло мероприятие «Здоровье без лекарств». За круглым столом собрались педагоги и родители для обсуждения вопросов физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка. Педагоги поделились с родителями своими знаниями и опытом, как приобщить ребенка к здоровому образу жизни и укрепит здоровье малыша.

Педагог-психолог Русских Вера Ивановна обратила внимание родителей на то, что каждому ребенку необходим спокойный, доброжелательный психологический климат. Мы взрослые часто раздражаемся в присутствии детей, наше раздражение механически переходит на ребенка и способствуют возникновению у него невроза. Малыш, постоянно испытывающий тревогу и стресс, часто болеет и растет неуверенным в себе. Взрослые должны контролировать свое настроение и поддерживать доброжелательную атмосферу как в саду, так и в семье, нужно самим учиться жить в радости и учить этому детей. Всегда помнить о том, что улыбка и смех продлевает жизнь, способствует выделению гормона – эндорфина, обеспечивающему уверенное и бодрое настроение.

Воспитатель Татьяна Владимировна Петелина поделилась своими наблюдениями за детьми, в семьях которых поддерживают режим дня, такой, как в детском саду. Правильно организованный режим не только дисциплинирует ребенка, приучает к определенному ритму, но и формирует полезные привычки и навыки. Было обращено внимание на то, что немаловажную роль для здоровья ребенка играет полноценное питание. Одним из главных вопросов для обсуждения стал вопрос «Спать или не спать днем 3-4 летнему малышу?».

Марина Романовна Головня, воспитатель младшей группы рассказала о традиционных и нетрадиционных методах закаливания, используемых в работе с детьми: воздушные ванны, водные ножные ванны, полоскание горла, хождение босиком по песку, траве, массажным дорожкам, самомассаж. Процедуры проводить лучше регулярно и при положительном эмоциональном состоянии. Закаливание на фоне отрицательных эмоций может привести к невротическим расстройствам.

Успешное осуществление оздоровительной деятельности детей невозможно в отрыве от семьи, ведь родители – самые первые и главные воспитатели своего ребенка. В настоящее время перед нами воспитателями, стоит одна из сложных задач – привлечь родителей к педагогическому взаимодействию с ребенком. Дать понять родителям, что детский сад – только помощник в воспитании ребенка, и поэтому они не должны уstraняться от воспитательно – образовательного процесса.

Очень порадовали родители, которые ответственно отнеслись к вопросу здоровья своего ребенка и продемонстрировали интересные здоровьесберегающие технологии. Семья Ковалевых показала пальчиковую гимнастику, семья Тюленевых – артикуляционную гимнастику, семья Ворошкевич – бодрящую гимнастику, семья Непомнящих – подвижную игру. Зарядившись положительными эмоциями и радостным настроением, мероприятие завершилось дружественным чаепитием.

После таких «праздников души» дети и родители интересуются, когда будет следующее мероприятие, и могут ли родители принять в нем участие. Именно эти слова, на наш взгляд, убеждают нас в том, что мы работаем в правильном направлении.











