**«Формирование ЗОЖ в коррекционных группах**

**при совместной работе ДОУ и родителей»**

Успешное формирование здоровьесберегающего и здоровьеукрепляющего поведения детей дошкольного воз­раста в коррекционных группах связано с тесным взаимодействием трех сторон: педа­гогов дошкольных образовательных учреждений (ДОУ), се­мьи и самого ребенка. Педагоги могут обеспечить целена­правленный подход к использованию сенситивного возрас­тного периода для охраны и укрепления здоровья дошколь­ника с помощью различных средств физического воспита­ния и особенно планомерного, систематического примене­ния специальных корригирующих упражнений. Содержание ФГОС в области физической культуры преду­сматривает своевременное формирование жизненно необхо­димых двигательных навыков, усвоение рациональной тех­ники выполнения движений и различных способов использо­вания с учетом стоящих задач, что приводит к успешности действий в жизненных и игровых ситуациях.

Овладение качественными показателями выполнения физических упражнений в работе с дошкольниками рас­сматривается не как самоцель, а, прежде всего, как забота о здоровье детей. На воспитание правильной осанки оказыва­ет большое влияние плавание. Приучение к выполнению различных упражнений на вытягивание позвоночника при обучении и закреплении плавательных умений и навыков позволяет, укреплять мышцы позвоночника и формировать «мышечный корсет», обеспечивать щадящий режим нагрузки для хрящевых тка­ней суставов и стопы.

Заслуживает одобрения внимание педагогов ДОУ к созданию у дошкольников интереса к двигательной дея­тельности. Это обеспечивается широким включением иг­ровых, занимательных приемов при выполнении физиче­ских упражнений, использованием разнообразных посо­бий, возбуждением стремления к достижению положи­тельных результатов, проявлению настойчивости и упор­ства. Чувство удовольствия от движений, от побед, от эмоционального общения со сверстниками побуждает ча­ще включаться в игры и упражнения двигательного харак­тера, увеличивая тем самым двигательную активность в течение дня. Не случайно Е.А.Аркин подчеркивал, что все интересное охотно и легко усваивается дошкольниками, прочно запечатлевается.

Хороший фундамент здоровья, богатый двигатель­ный опыт, развитые ловкость, быстрота, сила, выносли­вость, гибкость, функция равновесия значительно расши­ряют круг видов спорта, которыми ребенок может зани­маться в дальнейшем. Успехи в двигательной деятельно­сти поддерживают интерес к занятиям физическими уп­ражнениями, делают досуг детей более содержательным и полезным для здоровья. Ловко, успешно действующему в совместных играх ребенку легче обзавестись друзьями и завевать авторитет среди сверстников.

Для педагогов коррекционных групп особенно важным является обеспечение развивающего характера обучения - осознанное освоение движений, включающее познание закономерностей, общих положе­ний, характерных для группы однородных движений. Они позво­лят включить самого ребенка в контроль за своим здоровьесберегающим и здоровьеукрепляющим поведением, проявить способность к видоизменению, приспособлению имеющегося двигательного опыта в решении стоящих двигательных задач с большим успехом.

Очевидно, что забота о здоровье детей дошкольного возраста складывается не только из создания среды, спо­собствующей благоприятному функционированию и раз­витию органов и систем, но и из мер, направленных на ак­тивизацию и совершенствование физических возможно­стей воспитанников. При этом организация физического воспитания обеспечивает взаимосвязь физического разви­тия с психическим и умственным. Необходимые условия для физического и умственного совершенствования детей должны обеспечиваться как детским садом, так и семьей.

Речь идет о правильно организованном режиме дня дошкольников, соблюдении норм гигиены, обеспечении ра­ционального питания, поддержании необходимого двига­тельного режима, закаливании детского организма. Семья имеет больше возможностей для учета индивидуальных особенностей ребенка при использовании названных средств физического воспитания. Поэтому для достижения положи­тельных результатов в заботе об охране и укреплении здоро­вья детей объектом и субъектом педагогического воздейст­вия воспитателей дошкольных учреждений должны быть не только дети, но и родители, члены семьи воспитанников.

Педагоги ДОУ знакомят детей с общественно-историческим опытом рационального и здоровьесберегающего выполнения жизненно необходимых движений (плавания, ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания). Но этими дви­жениями ребенок пользуется не только на специально ор­ганизованной непосредственной деятельности в детском саду, а широко применяет их в повседневной жизни. Причем час­тота их использования в жизненных и игровых ситуациях значительно превышает повторяемость на занятиях. Для формирования устойчивых навыков правильного осущест­вления двигательных действий важно побуждать к соот­ветствующему выполнению постоянно, в любой ситуации. Этого можно достигнуть только при взаимодействии педа­гогов с родителями. Если родители, находясь на воде, не замечают неправильные движения и дыхание у ребенка, то формируется неправильный навык выполнения этих ос­новных движений. В семье больше шансов приучить детей к рацио­нальному использованию движений в естественных усло­виях, жизненной обстановке. Родители должны знать способы перемещения по воде, скользкой и другим опасным поверхностям для предупреждения травматизма и помочь детям овладеть этими приемами.

Привлечь внимание родителей к двигательному пове­дению дошкольников можно через посещение занятий, соревнований, которые обост­ряют наблюдение за действиями ребенка, заставляют заду­маться над значимостью качества выполнения движений для охраны и укрепления здоровья. Родители с удовольствием приходят на занятия по плаванию, невольно сравнивают двигательные навыки детей, учатся правильному выполнению движений в воде, а на соревнованиях имеют полное право гордиться достижениями своих детей. Полезные в этом отношении дни здо­ровья, походы выходного дня, на которых оттачиваются действия в разных условиях. Наличие спортивных секций за пределами ДОУ позволяет семье нау­чить своего ребенка плавать в большом бассейне, в котором дети не достают дна. Это зна­чительно расширяет содержание двигательной деятельно­сти, а ее разнообразие позволяет поддерживать интерес к плаванию и содействовать развитию все­сторонних физических способностей детей (координации движений, ловкости, быстроты, выносливости, равнове­сия), служить базой для овладения в дальнейшем различ­ными видами спорта.

Интерес представляют домашние семейные спортив­ные уголки, занятия на которых существенно повышают резервы детского организма. Упражнения на тренажерах -важнейшее средство профилактики гипокинезии и гиподи­намии, так как дети занимаются по собственной инициативе, с удовольствием демонстрируют свои успехи и проявляют настойчивость для овладения новыми движениями.

Неформальный характер занятий физкультурой на тренажерах развивает у детей инициативность, самостоя­тельность. Родители имеют возможность подобрать сво­ему ребенку доступную по сложности структуру физиче­ских упражнений и дозировку. Имеются предпосылки обеспечить темп увеличения физиологической нагрузки с учетом возможностей ребенка. Педагог может организо­вать среди родителей знакомство с опытом использования различных домашних тренажеров.

Особое место в работе с родителями занимают занятия особенных детей с мамой в бассейне. Это бесценные минуты общения, когда ребенок учится доверять, а она - учится понимать и чувствовать его. Доверие к родителям и к миру, расширение границ возможностей ребенка, обогащение его опыта и впечатлений, адаптация к водной среде - все это говорит о несомненной пользе занятий плаванием.

Совместная двигательная деятельность дошкольни­ков с родителями, душевный контакт при выполнении фи­зических упражнений повышает у детей интерес к заняти­ям физической культурой. Значительно расширяются ув­лечения дошкольников, создаются благоприятные условия для формирования привычки к выполнению утренней гимнастики, ежедневному выполнению физических уп­ражнений на досуге, в совместной игровой деятельности со сверстниками.

Поэтому семья может внести неоцени­мый вклад в воспитание у дошкольников интереса к физи­ческой культуре, в дело привлечения к занятиям физиче­скими упражнениями, а общие интересы содействуют сближению всех членов семьи.

В области физического воспитания дошкольников довольно трудно разграничить задачи, которые решает только ДОУ, а какие - семья, что должны делать педагоги, а что - родители. Успехов в решении задач можно достичь лишь при взаимодействии детского сада и семьи.

Оздоровительные задачи не могут быть реализованы в одностороннем порядке: неблагоприятные условия в се­мье или ДОУ могут перечеркнуть старания другой сторо­ны. Так, отсутствие внимания к закаливанию у родителей или педагогов не позволит выработать у детей приспосо­бительные реакции, хотя в семье больше возможностей осуществить индивидуальный подход при организации за­каливающих процедур. Гиподинамия снижает работоспо­собность органов и систем; ее преодоление может быть достигнуто совместными усилиями.

Воспитательные задачи, связанные с индивидуаль­ными воздействиями на ребенка (развитие выразительно­сти, пластичности, формирование трудовых умений, свя­занных с переносом и размещением оборудования и др.), конечно, могут быть решены в отдельности от других де­тей, в семье. Но для этого требуется наличие у взрослых специальных знаний и умений; с другой стороны, образец, пример сверстников окажет существенное влияние на приобретение ребенком названных качеств. Те аспекты воспитательной работы, которые требуют общения со сверстниками, установления взаимоотношений успешнее решаются в условиях ДОУ.

Таким образом, напрашивается вывод, что в области физического воспитания особенно тесным должно быть взаимодействие всех взрослых, участвующих в воспита­тельном процессе: вряд ли можно четко разграничивать сферы воздействия. Если знания, умения специалистов свя­зать с осознанными, целенаправленными стремлениями и усилиями родителей, то будут достигнуты положительные результаты и высокие успехи в решении всех задач.