**Консультация для родителей:**

***«Здоровые дети***

***наше будущее»***

**Подготовила воспитатель:**

**Павленко Т.М.**

***Здоровые дети - наше будущее!***

Дошкольное детство – время интенсивного накопления социально значимого опыта, формирования отношения к окружающему миру. В дошкольном возрасте происходит усвоение социальных норм, моральных требований и образцов поведения на основе подражания, пробы сил в различных направлениях, а потому и духовность должна воспитываться в ребенке на уровне инстинкта, а не на уровне идеологии. Для него всякая идеологичность противна. Чтобы воспитать хорошего ребенка, в нем нужно пробудить духовный инстинкт. Если это не сделать в детстве, впоследствии все ценности ему придется навязывать, и он к 13 годам начнет бунтовать против них. В ребенке нужно развивать вкус к доброте и правде.

«Духовность» определяется как «устремленность личности к избранным целям, ценностная характеристика сознания».

«Нравственность» представляет собой совокупность общих принципов поведения людей по отношению друг к другу и обществу.

В сочетании они составляют основу личности, определяют вектор ее движения: самовоспитание, самообразование, саморазвитие.

Эмоциональность и творчество, присущие ребенку с дошкольного детства, являются основой развития его духовности, базирующейся на свободе ребенка, понимаемой как внутренний источник энергии, как важная жизненная сила. Воспитание нравственности начинается с формирования понятий «хорошо» и «плохо», с осознания своих поступков как хороших или как плохих. Объясняя ребенку, что каждый хороший поступок – это частица добра, вложенная в мир доброты, что от нее становится теплее, светлее и радостнее, а каждый плохой поступок – крупица зла, от которой становится темно и страшно, мы помогаем малышу почувствовать необходимость вклада в «хорошо» и осознать ответственность за вклад в «плохо». Далеко не всегда поступки ребенка, внешне соответствующие моральным нормам, являются таковыми, поскольку основываются не на осознании этих норм, не на убежденности в их справедливости, а на подчинении взрослому, на боязни наказания. Дети дошкольного возраста нередко не следуют правилам морали не потому, что не знают их, а потому, что не вникают в эмоциональное состояние сверстника, находящегося в ситуации дискомфорта, или не испытывают соответствующих эмоций при совершении неблаговидного поступка. Поэтому главной задачей духовно – нравственного воспитания в дошкольном возрасте является воспитание привычки к делам милосердия. Воспитание у ребенка дошкольного возраста любви к другим людям строится на основе чувства сорадования и сострадания.

Воспитать у ребенка правильное отношение к другим людям помогут два правила. Если их соединить воедино, то можно выразить их таким образом: никого не обижай и всем, насколько можешь, помогай, или по-другому можно сказать: «Относись к другим так, как хочешь, чтобы они относились к тебе».

Рассмотрим примерный перечень основных требований духовно-нравственного развития применительно к дошкольникам. От них требуется:

-знать, что они живут в СНГ;

-уметь заботиться о самих себе, делать зарядку, сохранять свои вещи и игрушки, ухаживать за цветами и домашними животными;

-любить своих родителей, братьев и сестер, дедушку и бабушку, природу и все живое;

-дружить с мальчиками и девочками из детского сада, двора, быть другом папы и мамы, сестер и братьев;

-трудиться по дому, бороться с беспорядком, грязью, неправдой, злостью, завистью, жадностью в себе и других;

-беречь хлеб, вещи, которыми постоянно пользуются в детском саду и дома;

-помогать всем старшим, родителям, товарищам в труде и учебе;

- творить, рисовать, сочинять песенки, стихи, танцевать, создавать новые игрушки и игры.

***«Духовность и нравственность являются базовыми,***

***сущностными характеристиками личности»***

***(Т.И. Петракова.)***

Физическое развитие на сегодняшний день – одно из основных критериев развития ребенка, поэтому важнейшая задача нашего учреждения – охрана жизни и здоровья детей.

Дошкольный период развития ребенка совпадает с периодом, когда организм наиболее чувствителен к действию экзогенных и эндогенных факторов. В этот период дети продолжительное время подвергаются разнообразным психологическим и физиологическим нагрузкам, которые при неправильной организации режима двигательной активности наносят непоправимый ущерб здоровью дошкольников.

С одной стороны, в последнее время много внимания уделяется физическому здоровью дошкольника, но с другой - уровень заболеваемости все равно остается высоким. Большое влияние в этой ситуации имеет здоровый образ жизни, которого придерживается вся семья. И наша главная цель в этом вопросе – помочь родителям, дать им определенные знания, озадачить необходимостью формирования и поддерживания здорового образа жизни.

Формирование культуры здоровья целесообразно начинать еще в период беременности. Поэтому свою просветительскую консультативно-педагогическую работу мы выстраиваем в контексте взаимодействия не только с родителями детей-воспитанников прогимназии, но и с молодыми семьями, только ожидающими ребенка. Ведь период беременности – это стартовая площадка для здоровья будущего малыша. Чтобы воспитать ребенка здоровым, нужно понимать нужды и потребности ребенка, знать его закономерность роста и развития. И в первую очередь самим родителям придерживаться здорового образа жизни.

Со своей стороны в Прогимназии мы организуем соответствующие условия для полноценного физического развития ребенка-дошкольника. Это и система работы по физическому воспитанию, и соответствующее оборудование и залы, и необходимые занятия ФК, ЛФК, ритмики и массаж, спортивные праздники и развлечения, своевременная витаминизация питания, а также профилактические и закаливающие мероприятия для детей дошкольного возраста.

***ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – ЭТО***

***ТО, ЧТО ОБЕСПЕЧИВАЕТ ЗДОРОВЬЕ***

***И ДОСТАВЛЯЕТ РАДОСТЬ.***

***(КРЭТТЕН)***