Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад "Улыбка"

**Консультация для родителей**

**«Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными!»**

Подготовила:

Корбмахер Анастасия Николаевна

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных задач дошкольного учреждения. Актуальной задачей является привитие детям стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, обучение их доступным двигательным умениям. Усиливается интерес и внимание к организации физической культуры во дворах жилых домов. Родители- лучший пример для детей. В силу большой подражательности детей дошкольного возраста велика роль постоянного примера окружающих его взрослых -родителей, воспитателей, старших братьев и сестер — для поддержания стремления заниматься ежедневно физическими упражнениями, зарядкой, закаливанием.

Уважаемые родители! Способствуйте становлению у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни:

• Учите бережному отношению к своему организму, представлению о том, что полезно и что вредно для здоровья, овладению необходимыми гигиеническими навыками.

• Создавайте возможность для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях, закаливающих процедурах, утренней гимнастике и др.

• Приучайте осознанно относится к здоровому и полезному питанию

• Создайте условия для двигательной активности в домашних условиях.

• Поддерживайте интерес ребенка к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжкам, лазании и другом и др.

• Выполняйте вместе с детьми физические упражнения, которые помогут развить координацию движений, ловкости, гибкости и быстроты.

• Формируйте у ребенка представление о своем теле, своих физических возможностях.

• Организуйте физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе.

•Развивайте у ребенка интерес к различным видам спорта: катанию на коньках, лыжах, езде на велосипеде, плаванию и др.

Здоровья и счастья Вам и вашим детям!

**Беседа для родителей «Роль отца в воспитании ребенка»**

Воспитание ребенка — очень важный и ответственный процесс. Безусловно, на личность ребенка оказывают влияние все, кто встречается в его жизни, но истинное воспитание ему дают родители. Отец и мать, папа и мама - два самых родных и самых важных человека в жизни каждого ребенка. И если роль мамы всем понятна, то роль папы часто неосознана, непонятна. А тем временем наши дети так сильно нуждаются в участии отца в их жизни, в его дружбе, заботе и защите.

О роли отца в воспитании ребенка сегодня говорят много. Специалисты отмечают, что довольно сложно вырастить полноценную личность, будь – то мальчик или девочка, без мужского влияния. Ведь от обоих родителей зависит, каким вырастит их ребенок. Важно, то, что дают ему родители, в частности отец может дать то, что ни кто в мире больше дать ему не сможет.

Хорошо сказал о счастье отцовства замечательный педагог В. А. Сухомлинский: «Единственное, что облегчает участь человека на закате его жизни, - это искренняя, преданная, верная любовь детей. Все другие радости бледнеют перед этой высшей, истинно человеческой радостью. По - настоящему счастлив тот, кто всю жизнь умеет по крупице накапливать это богатство. Это единственный капитал, на который можно прожить в старости, чувствуя спокойную уверенность в том, что ты прожил жизнь не напрасно».

Функции обоих родителей разные, но они дополняют друг друга. А это отличная возможность воспитать из ребенка гармоничную личность. Более того, роль отца в воспитании ребенка – это основа для личности малыша. Дети, получающие любовь и одобрение папы, ощущают себя уверенными и защищенными, они счастливее и самодостаточнее. Роль папы в воспитании ребенка не менее важна маминой, а в вопросах социализации и осознания себя как личности в несколько раз превосходит ее.

Постепенно общество пришло к следующему выводу: «в вопросах воспитания детей папа может дать то, чего не может мама, – у родителей разные, дополняющие друг друга функции». И лишь тандем мамы и папы дает возможность для становления гармоничной личности ребенка.

Отцовская любовь, как и материнская, необходима для нормального развития ребенка. Отсутствие внимания со сторону мамы или папы может привести к искажению мироощущения и нарушению поведения ребенка. Для нормального развития и стабильного эмоционального состояния детям необходимо как женское, так и мужское влияние. Мама лаской и добротой воспитывает в ребенке гуманистические черты. А формирование целеустремленности, настойчивости, смелости – это миссия отца. Заинтересованность ребенком, требовательность и демократизм со стороны папы формирует у ребенка положительную адекватную самооценку.

Отец – это гид ребенка по миру. Если он не отмахивается от заданных вопросов, создает богатую окружающую среду, поддерживает ребенка в его начинаниях и показывает, как надо и не надо, – папа выполняет свою миссию. Хотите иметь влияние на ребенка, привить ему свои ценности – наладьте с ним настоящий контакт с самого рождения и продолжайте поддерживать его всю жизнь.

Папа – это воплощение дисциплины, требований, норм. Такой баланс принятия *(мама)* и отдачи *(папа)* необходим для развития личности.

Именно папа отвечает за принятие ребенком своего пола и усвоение соответствующей модели поведения.

В воспитании детей отцы придерживаются логики, последовательности и принципиальности. Тогда как мама чаще дает слабину и отменяет через некоторое время свои же запреты. Для ребенка важно ежедневно наблюдать модель поведения всей семьи. Отец дает малышу возможность увидеть, как обращаться с прекрасным полом, уважать старших, любить и заботиться о близких людях.

В осознании ребенком себя, как представителя определенного пола, огромная роль принадлежит отцу. В повседневном общении с дочерью и сыном он по-разному реагирует на их поведение: у мальчиков поощряет активность, решительность, выносливость; у девочки приветствует мягкость, нежность, хвалит за помощь маме в приготовлении обеда.

Любовь отца дает ребенку ощущение особого эмоционально – психологического благополучия, учит сына и дочь тому, как может проявлять мужчина любовь к детям, жене, окружающим.

Мальчику необходим постоянный контакт с отцом. Наблюдая и общаясь с папой, мальчик копирует его поведение: жесты, движения, манеры, слова. Такие качества, как мужское достоинство, умение брать на себя ответственность, отношение к женщине и многие другие черты, мальчику прививаются в процессе общения с папой.

Наиболее уязвимыми в плане эмоционального самочувствия являются мальчики из неполных семей. У них часто наблюдаются трудности в общении, неуверенность в себе, замкнутость, противоречивое отношение к близким.

Для полноценного воспитания девочек и формирования женского характера также необходимо постоянное общение с отцом. Дочь обычно не подражает отцу, но его одобрение придает ей уверенности в себе. Важно показывать дочери, что папа ценит ее мнение, интересуется ее делами, советуется с ней, хвалит ее красивое платье. Отцовское принятие воспитывает в девочке уверенность в себе, женское достоинство.

Именно в семье, наблюдая роли отца и матери, дети получают представление о полноценных взаимоотношениях мужчины и женщины, их родительских ролях и обязанностях, о семейных проблемах и способах их разрешения.

Женское и мужское начало культивируется у мальчиков и девочек в общении с папой. Мальчик получает пример мужественности и осознания себя как защитника женщины, детей и семьи в целом, а девочка позиционирует себя более женственной и хозяйственной, у нее формируется представление о мужчине в общем и его отношении к слабому полу. Воспитание ребенкапапой несколько иное, отличное от маминого. Мать дает заботу и нежность, ребенок воспринимает ее как неотъемлемую часть себя. А отец является объектом социума, тем человеком, который помогает адаптировать ребенка к жизни вне дома. Папа является авторитетом и поощряет конкретные поступки и достижения, мама же любит и хвалит безусловно.

Роль мужчины в воспитании детей огромна. Огромная заслуга отцов в воспитании состоит в формировании мужской модели поведения для сыновей, становлении их как сильных и смелых личностей. При воспитании дочерей роль отца не менее значима, т. е. он становится для девочки эталоном – образом идеального мужчины, что будет очень важно при формировании у девочки навыков общения с противоположным полом. Задача матери, не ограждать детей от отца, не стремиться совместить в своем лице обоих родителей, а в случае необходимости помогать налаживать контакт детей с отцом.