**Анализ анкетирования родителей на тему** «**Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни**»

**Анкетирование** проводилось на базе младшей группы МДОУ №7 в рамках одной из тем программы по **приобщению дошкольников к ЗОЖ.**

Цели **анкетирования** :

• Уточнить уровень знаний и понимание детьми понятия **здорового образа жизни**;

• Оценить меру участия **родителей в приобщении детей к здоровому образу жизни**; понимание и осознание важности этого вопроса;

• Выяснить проводится ли работа по **приобщению детей к здоровому образу жизни в домашних условиях.**

Количество **анкетируемых** составило 4 человека.

**Анкетирование** проводила воспитатель младшей группы Козырь Оксана Анатольевна.

**Анализируя ответы родителей**, можно сделать следующие выводы:

• 95% опрошенных считают, что понятие **здорового образа жизни** включает в себя – правильное питание, отсутствие вредных привычек и занятие спортом.

• Все **родители считают важным приобщать детей к приемам здорового образа жизни**.

• 75 % опрошенных занимаются спортом и активным отдыхом, но не регулярно.

• У семей дома отсутствует физкультурное оборудование (частично спорт.инвентарь);

• 90% считают важными аспектами привитие культурно-гигиенических навыков, проветривание и влажная уборка, частично физическое развитие и благоприятная психологическая атмосфера, а также соблюдения режимов питания и сна.

• Для всех **родителей важно физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении.**

Общий вывод:

Роль **родителей в укреплении здоровья детей и приобщении их к здоровому образу жизни, условия**, в которых ребенок живет в семье, имеют не менее существенное значение для формирования его **здоровья,** чем условия его пребывания в детском саду. Обобщение материалов исследования, по данным **анкетного опроса родителей**, позволило оценить качество соблюдения режима дня и проведения **оздоровительно-закаливающих мероприятий в семье**. Было отмечено, что вопрос физического воспитания во многих семьях решается не достаточно успешно, т.к в ряде случаев для укрепления **здоровья** и развития детей не созданы все необходимые условия. Так, например, многие **родители** уделяют недостаточно внимания прогулкам, сну, двигательной активности детей. Дети допоздна смотрят телепередачи, играют в компьютерные игры не только в выходные дни, но и в рабочие. Именно поэтому, проблема укрепления **здоровья** ребенка в семье должна занимать важнейшее место в числе **разнообразных воспитательных мер,** которые используют **родители**. **Анализ анкетных данных показал**, что многие **родители** мало гуляют или совсем не выходят с детьми на прогулку и в выходные дни. Во многих семьях детей не укладывают спать днем в праздничные и выходные дни. Это создает предпосылки для перенапряжения нервной системы ребенка, наступающего в **результате** чрезмерного бодрствования. Известно, что систематическое сокращение длительности ночного сна приводит к хроническому недосыпанию, которое может стать причиной нервно-психических расстройств, снижает защитные реакции организма ребенка. Причина позднего засыпания детей чаще всего — злоупотребление просмотром телепередач. Многие дети проводят у телевизора до 2 часов и более. Подобное времяпровождение является для детей не отдыхом и не развлечением, а дополнительной нагрузкой на нервную систему, органы зрения и опорно-двигательный аппарат. Важнейшим условием полноценного развития **дошкольников** является достаточная двигательная активность в течение всего дня. В семье подавляющее большинство **родителей** основное внимание уделяют умственному воспитанию ребенка. Во время прогулок необходимо использовать такие важные для развития моторики ребенка спортивные упражнения, как катание на санках, лыжах, самокатах. Как известно, мероприятия, направленные на укрепление здоровья, могут быть эффективны только тогда, когда они проводятся в комплексе, систематически и в ДОУ, и дома. Долг каждой семьи **приобщение детей к здоровому образу жизни**. Помимо общепринятых рекомендаций по выполнению гигиенических норм, **здоровый образ жизни** предполагает воспитание у детей активной **жизненной** позиции в отношении собственного **здоровья**. Развитие навыков **здорового образа жизни происходит**, как правило, не самопроизвольно, а в процессе систематического, целенаправленного воспитания и **образования**. Формирование **здорового образа жизни** – это воспитание комплекса **разнообразных навыков**, правил, умений и знаний, которые дети могут применять на практике. Сформированные в раннем детстве навыки **здорового образа жизни** сохраняются и в дальнейшем. Ребенок, взрослея, будет всегда защищен от **разнообразных вредных воздействий**, с которыми ему неизбежно придется столкнуться.

На основании проделанной работы были разработаны следующие мероприятия:

1. Стендовый доклад для **родителей «Здоровый образ жизни**»;
2. Круглый стол с родителями онлайн «Здоровый образ жизни в семье»
3. Мастер-класс для родителей «Использование здоровьесберегающих технологий в детском саду и дома»
4. Выпуск стенгазеты. (совместная деятельность детей, родителей и педагога) «Будьте здоровы»
5. Совместная ОД детей и родителей «Зарядка с киской Муркой»
6. Оформление совместно с родителями тематической фотовыставки «Маленькие спортсмены»