# План работы клуба для родителей

**«Учимся быть здоровыми»**

На состояние здоровья детей, на благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, как в детском саду, так и дома. В начале своей работы было проведено анкетирование, по результатам которого было выявлено, что 100% родителей пожелало включиться в совместную работу. Поэтому мы тесно сотрудничаем с родителями, которые стали активными участниками образовательного процесса, а так же помощниками в деле оздоровления наших детей.

По желанию родителей с целью заинтересовать их, повысить уровень компетентности и объединить усилия семьи и ДОУ в вопросах формирования здорового образа жизни нами был создан в группе клуб для родителей "Учимся быть здоровыми»

Цель которого, пропагандировать здоровый образ жизни среди родителей и оказывать консультативную помощь.

*В начале своей работы с родителями мы определили следующие* ***задачи:***

• изучить роль семьи в формировании опыта здорового образа жизни, определить отношение родителей к проблеме формирования представления о ЗОЖ;

• повышение культуры родителей в области здорового образа жизни;

• привлечение родителей к совместной работе по формированию здорового образа жизни у детей и включение их в образовательный процесс.

*Во вторых*, определили основные положения и принципы, на которых будет строиться наша совместная работа с семьей по формированию ЗОЖ детей дошкольного возраста.

*Единство.* Оно достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны воспитателям и родителям, если семья знакома с содержанием, методами и приемами оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

• Системность и последовательность работы.

• Индивидуальный подход к каждой семье.

• Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей.

• Укрепление авторитета педагога в семье, родителей в детском саду.

*В-третьих определили* ***формы работы с родителями:***

• проведение родительских собраний, семинаров, практикумов, мастер классов и презентаций;

• педагогические беседы ( индивидуальные и групповые)

• дни открытых дверей;

• совместные мероприятия детей и родителей;

• круглые столы с привлечением специалистов ( психологов, медиков)

• ведение индивидуальных альбомов здоровья детей;

• анкетирование;

• наглядные средства информации (папки - передвижки, стенды, консультации и памятки).

**Первый год обучения 2014-2015гг**

\* Анкетирование «Какое место занимает физкультура в вашей семье?» (сентябрь)

\* Консультация «Роль семьи в физическом развитии дошкольника» (сентябрь)

\* Круглый стол «Укрепление и сохранение здоровья дошкольников» (с педиатром детской поликлиники №1 ) (октябрь)

\* Педагогическая беседа-диспут «Современные здоровьесберегающие технологии и возможности применения их в ДОУ» (ноябрь)

\* Семинар-практикум «Организация сна детей с доступом свежего воздуха» (ознакомление с инновационной технологией закаливания) (декабрь)

\* Обмен опытом семейного воспитания «Домашний спортзал» (январь)

\* Спортивное развлечение «Вместе с папой, вместе с мамой!» (февраль)

\* Практикум «Бодрящая гимнастика после сна с элементами самомассажа» (март)

\* Конференция с дегустацией блюд «Организация питания в ДОУ» (апрель)

\* Презентация «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!» (май-август)

**Второй год обучения 2015-2016гг.**

\* Родительская гостиная «Роль режима для укрепления нервной системы ребенка» (октябрь)

\* Круглый стол «Природа, как фактор в укреплении психического здоровья детей» (с тренером по туризму) (ноябрь)

\* Дискуссия «Роль положительных эмоций в укреплении нервной системе ребенка» (с участием психолога ДОУ) (декабрь)

\* День открытых дверей (январь)

\*Участие семейных команд в городских соревнованиях «Лыжня для всех!» (февраль)

\* Конференция с дегустацией блюд «Организация питания в ДОУ» (апрель)

\* Совместный просмотр презентации по итогам прошедших мероприятий «Мы - просто молодцы!» (май)

\* Пешие туристические походы (совместные мероприятия детей, родителей, педагогов по выходным дням) (июнь – август)

Данная работа проводилась не только в виде сообщений на собраниях, но и на семинарах - практикумах, круглых столах, мастер-классах и т.д. В ходе заседания клуба, родителям предлагались разнообразные игры с пальчиками, комплексы массажа для различных частей тела, практические упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции зрения и т. д. Постепенно из пассивных зрителей, родители превратились в участников – партнеров и вопросах формирования у детей представлений о ЗОЖ.

Следует отметить, что результатом функционирования клуба, использования активных форм работы явилось повышение компетентности родителей и в вопросах оздоровления детей на 50% и вовлеченность родителей в образовательный процесс на 20%.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Результаты анкетирования родителей | До реализации проекта | По окончании проекта |
| 1 | * Гуляют с детьми в выходные дни 1 раз в день продолжительностью 1-2 часа * Гуляют 2 раза в день | 90%  10% | 80%  20% |
| 2 | * Делают утреннюю гимнастику * Делают иногда | -  50% | 30%  70% |
| 3 | * Проводят закаливание * Проводят иногда | 30%  70% | 50%  50% |
| 4 | * Занимаются физкультурой вместе с ребенком * Занимаются иногда | -  70% | 90%  10% |
| 5 | * Дети занимаются различными видами спорта * Не занимаются | 20%  80% | 90%  10% |
| 6 | * Соблюдают режим дня в выходные дни * Не соблюдают | 80%  20% | 80%  20% |
| 7 | * Дети наблюдаются у врачей специалистов | 100% | 100% |
| 8 | * Соблюдают режим питания * Не соблюдают | 50%  50% | 80%  20% |
| 9 | * Проводят дома оздоровительные мероприятия с ребенком * Не проводят | 30%  70% | 80%  20% |

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«КАКОЕ МЕСТО ЗАНИМАЕТ ФИЗКУЛЬТУРА В ВАШЕЙ СЕМЬЕ»**

10 человек (50%) занимались или занимаются спортом.

У 6 человек (30%) есть дома спортивный снаряд

4 детей (20%) посещают спортивные секции:

* Художественная гимнастика - 1
* Ушу – 1
* Аэробика – 1
* Бассейн – 1

13 человек (65%) делают дома утреннюю гимнастику.

У 20 человек (100%) установлен режим дня,

но соблюдается только у 18 человек (80%).