**МБДОУ**

**«Центр развития ребенка – детский сад №26»**

**Опыт работы**

**по теме: «Роль семьи в воспитании здорового ребенка»**

**Девятова Ольга Владимировна**

**Владимир-2012**

Семья – поистине высокое творенье.
Она заслон надёжный и причал.
Она даёт призванье и рожденье.
Она для нас основа всех начал.
(Е.А. Мухачёва)

**Условия возникновения.**

Проблема здоровья детей дошкольного возраста всегда находилась в центре внимания педагогов, интерес к ней не ослабевает и сегодня, поскольку изменение социальных условий привело не только к пересмотру, но и существенному расхождению взглядов различных социальных институтов на цели и содержание физического и психического развития ребенка-дошкольника. В частности, в условиях системного рассогласования отношений человека с внешней природной средой необходим пересмотр педагогических путей и условий валеологического воспитания детей. В силу этого возникает потребность в создании гибких социально-педагогических технологий здоровьесберегающего обучения и воспитания личности в условиях государственных воспитательно-образовательных учреждений. Использование педагогами данных технологий позволит сформировать основы здорового образа жизни, развить у ребенка чувство сопереживания другим людям, определенные навыки саморегуляции, позволяющие предупреждать девиантное поведение.

Одновременно с использованием инновационных технологий важнейшим фактором воздействия на личность ребенка является атмосфера родственных эмоциональных связей. Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребенка к родителям делают его особо восприимчивым к их воздействию. Специальные психолого-педагогические и социологические исследования (А.И. Захаров, Ю.П. Литвинене, А.Н. Демидова, В.Я. Титаренко, О.Л. Зверева, Е.П. Арнаутова) показали, что семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства. Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника.

**Актуальность**

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей, вопросы, связанные с проблемами здоровья детей - подрастающего поколения нашей страны. Этот вопрос актуален не только для жителей России, жителей стран ближнего зарубежья, а для всех жителей планеты. В эпоху компьютерных технологий, изобретения все новых машин, освобождающих человека от бытовых проблем, наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации. Здоровье населения - высшая национальная ценность в любой развитой стране.

Человек приходит в этот мир не только для своего комфортного существования и личного счастья. Его ум, умения, опыт, вся его жизнь необходимы его детям, обществу, будущим поколениям.

Достойным существование человека на земле помогает сделать здоровье, духовное и физическое, которое является главным достоянием человека, делом не только личным, но и общественным. Нельзя рассматривать здоровье как отсутствие физических дефектов у человека или болезней. Устав Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) трактует понятие «здоровье» как «состояние полного социального и духовного благополучия».

Для ребенка быть здоровым, значит развивать в гармонии свои физические и духовные силы, обладать выносливостью и уравновешенностью, уметь противостоять действию неблагоприятных факторов внешней среды.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и ДОУ. Формируя отношение ребенка к здоровому образу жизни немыслимо без активного участия в этом процессе педагогов, всего персонала ДОУ и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада ДОУ и семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения детей дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

**Ведущая педагогическая идея.**

Семья является источником и важным звеном передачи ребенку социально-исторического опыта и, прежде всего, опыта эмоциональных и деловых взаимоотношений между людьми. Учитывая это, можно с полным правом считать, что семья была, есть и будет важнейшим институтом воспитания, социализации ребенка.

Проблемой работы с родителями в системе ДОУ занимались Н.Ф. Виноградова, Л.В. Загик, В.М. Иванова, Т.А. Куликова, О.Н. Урбанская, Я.И. Ковальчук и др. Факторы, обеспечивающие значимость семейного воспитания в формировании личности ребенка изучали Ю.П. Азаров, И.В. Гребенников, Т.А. Маркова, А.В. Петровский, А.Г. Харчев.

**Задачи:**

1. По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.
2. Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснять родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
3. Заранее согласовывать выполнение режима дня дома в выходные дни.
4. Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек -как основу становления характера ребенка.
5. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20 +22 °С.6. Дома оборудовать рабочее место ребенка, правильно расположив его по отношению к окну.
6. Добиваться самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур.
7. Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.
8. Обогащать знания детей о жизни и деятельности людей, ведущих здоровый образ жизни.
9. Разработать   интерактивные формы работы с родителями,
10. Объединить усилия педагогов и родителей для развития и воспитания детей.

**Средства для решения задач:**

Планомерное сохранение и развитие здоровья необходимо осуществлять по нескольким направлениям.

* Лечебно-профилактическое (профилактика заболеваний, национальный календарь профилактических прививок, витаминизация и др.).
* Обеспечение психологической безопасности личности ребенка (психологически комфортная организация режимных моментов, оптимальный двигательный режим, правильное распределение физических и интеллектуальных нагрузок, использование приемов релаксации в режиме дня, применение необходимых средств и методов: элементы аутотренинга, психогимнастика, музыкотерапия).
* Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса (учет гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения, создание условий для оздоровительных режимов, валеологизация образовательного пространства для детей, бережное отношение к нервной системе ребенка: учет его индивидуальных способностей и интересов; предоставление свободы выбора, создание условий для самореализации; ориентация на зону ближайшего развития ребенка и т.п.)
* Формирование валеологической культуры ребенка, основ валелогического сознания (знания о здоровье, умение сберегать поддерживать и сохранять его, воспитание осознанного отношения к здоровью и жизни) [18, с. 97].

Таким образом, охрана и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни являются первостепенной задачей для педагогов ДОУ, которые организуют разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализацию комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий по разным возрастным ступеням.

**Теоретическая база**

Сегодня все специалисты признают важность привлечения родителей к участию в работе детского сада, однако в реальных взаимоотношениях воспитателей и родителей существует определенная дисгармония. Препятствовать развитию этих взаимоотношений могут как личные, так и профессиональные факторы: нехватка времени, ощущение несостоятельности, этнические стереотипы, чувство обиды — все это может привести к формированию личных и профессиональных предубеждений, которые мешают семьям стать активными участниками в воспитании своих детей. Поэтому воспитатели должны проявить инициативу и понять, каким образом взаимодействовать с каждой отдельной семьей на благо ребенка. Используя принцип индивидуального подхода к участию родителей, можно разработать разнообразные способы вовлечения в работу большей части семей.

* Презентация дошкольного учреждения

Цели: познакомить родителей с дошкольным учреждением, его уставом, программой развития и коллективом педагогов; показать (фрагментарно) все виды деятельности по развитию личности каждого ребенка.

В результате такой формы работы родители получают полезную информацию о содержании работы с детьми, платных и бесплатных услугах, оказываемых специалистами (логопедом, психологом, окулистом, инструктором по плаванию и закаливанию, социальным педагогом, психологом).

* Открытые занятия с детьми в ДОУ для родителей

Цель: познакомить родителей со структурой и спецификой проведения занятий в ДОУ.

Воспитатель при проведении занятия может включить в него элемент беседы с родителями (ребенок может рассказать что-то новое гостю, ввести его в круг своих интересов).

* Педагогический совет с участием родителей

Цель: привлечь родителей к активному осмыслению проблем воспитания детей в семье на основе учета их индивидуальных потребностей.

* Анкетирование родителей.

 Проводится заблаговременно, чтобы выявить основные тенденции во мнениях родителей по обсуждаемой проблеме.

Подведение итогов анкетирования.

* Интервью с родителями. Помогает педагогам установить соответствующую атмосферу в общении с родителями, наладить обратную связь в сфере влияния дошкольного учреждения на ребенка и семью.
* Педагогические ситуации. Обсуждение ситуаций активизирует родителей и делает общение с педагогами и специалистами полезным для обеих сторон.
* Телефон доверия. В игровой форме родители могут задать любые интересующие их вопросы как вслух, так и в письменном виде. Записки рассматриваются, и на основе анализа планируется работа с родителями в соответствующей форме.
* Посещение семьи

Воспитатель каждой возрастной группы должен посетить семьи своих воспитанников. Каждое посещение имеет свою цель.

Педагогические беседы с родителями

Это наиболее доступная форма установления связи педагога с семьей, она может использоваться как самостоятельно, так и в сочетании с другими формами: беседа при посещении семей, на родительском собрании, консультации.

Цель: оказать родителям своевременную помощь по тому или иному вопросу воспитания, способствовать достижению единой точки зрения по этим вопросам.

Ведущая роль здесь отводится воспитателю, он заранее планирует тематику и структуру беседы.

Рекомендуется при проведении беседы выбирать наиболее подходящие условия и начинать ее с нейтральных вопросов, затем переходить непосредственно к главным темам.

* Тематические консультации

Консультации близки к беседам, главное их отличие в том, что педагог, проводя консультацию, стремится дать родителям квалифицированный совет.

Консультации могут быть плановыми и неплановыми, индивидуальными и групповыми.

Плановые консультации проводятся в детском саду систематически: 3—4 консультации в год в каждой возрастной группе и столько же общих консультаций по детскому саду согласно годовому плану. Продолжительность консультации 30—40 минут. Неплановые возникают нередко во время общения педагогов и родителей по инициативе обеих сторон.

Консультация, как и беседа, требует подготовки для наиболее содержательных ответов педагогов родителям.

* Групповые собрания родителей

На групповых собраниях родителей знакомят с содержанием, задачами и методами воспитания детей определенного возраста в условиях детского сада и семьи.

Повестка дня групповых родительских собраний включает педагогическую беседу (доклад) по наиболее важной теме на данный момент; выступление врача или медицинской сестры, музыкального работника; сообщения кого-либо из родителей об опыте семейного воспитания; обсуждение текущих организационных вопросов.

В течение учебного года рекомендуется проводить 3—4 групповых собрания, готовят их, как правило, оба воспитателя поочередно. По окончании собрания родители задают вопросы, которые их волнуют и не были освещены на собрании, советуются с воспитателем и, может быть, высказывают претензии.

* "Круглый стол" с родителями

Цель: в нетрадиционной обстановке с обязательным участием специалистов обсудить с родителями актуальные проблемы воспитания.

На заседание "круглого стола" приглашаются родители, письменно или устно выразившие желание участвовать в обсуждении той или другой темы со специалистами.

* Конференция с родителями

На конференции в занимательной форме педагоги, профильные специалисты и родители моделируют жизненные ситуации, проигрывая их. Это дает возможность родителям не только накапливать профессиональные знания в области воспитания детей, но и устанавливать доверительные отношения с педагогами и специалистами.

* Диалог с родителями после прослушивания магнитофонной записи детских мнений.
* Обыгрывание ситуаций — конструирование и анализ поведения матери в различных ситуациях.
* Общие собрания родителей

На собраниях обсуждаются общие организационные вопросы совместной работы всего дошкольного учреждения.

На каждом собрании избираются председатель и секретарь (из родителей), ведется протокол, выносится решение; обязательна личная регистрация присутствующих.

Планирует и проводит общее родительское собрание заведующая детским садом совместно с родительским комитетом и воспитателями. Собраний должно быть не менее трех в году.

* Наглядная пропаганда

В работе дошкольных учреждений рекомендуется использовать разные средства наглядной пропаганды. Одно из таких средств — привлечение родителей к посещению детского сада с постановкой перед ними конкретных педагогических задач: наблюдение за деятельностью воспитателя группы, отношениями между сверстниками, а также взрослыми и детьми, за играми, занятиями дошкольников, за поведением своего собственного ребенка; ознакомление с бытовыми условиями в детском саду.

* Традиционные средства наглядной педагогической пропаганды — разнообразные стенды. В каждой возрастной группе должен быть групповой стенд (уголок для родителей).

Наряду с традиционными формами существуют современные формы  работы с семьей.

* Первые визиты в детский сад. Перед тем как ребенок начнет посещать детский сад, родители должны прийти на занятия и познакомить с педагогами, другими детьми и вообще с детским садом.
* Вводные собрания. После того как ребенок записан в детский сад, вводные собрания для родителей помогают им встретиться с воспитателями и другими родителями, узнать и ребенка, и его семью в домашней обстановке. Когда приводить и забирать ребенка
* Телефонные звонки.

Телефонные звонки делаются в особых случаях или раз в месяц всеми родителями, чтобы поддерживать неформальное общение с ними

* Когда нехватка времени или сложности с расписанием мешают вам встретиться с родителями лично или если у вас нет телефона, поддерживать контакт с родителями вам помогут некоторые формы письменного общения.
* Брошюры. Брошюры помогают родителям узнать о детском саде. Брошюры могут описать концепцию детского сада и дать общую информацию о нем.
* Пособия.Пособия содержат подробную информацию о детском саде. Семьи могут обращаться к пособиям в течение всего года.
* Бюллетень. Бюллетень можно выпускать раз или два в месяц, чтобы постоянно обеспечивать семьи информацией об особых мероприятиях, изменениях в программе и др.
* Еженедельные записки.Еженедельная записка, адресованная непосредственно родителям, сообщает семье о здоровье, настроении, поведении ребенка в детском саду, о его любимых занятиях и другую информацию.
* Ящик для предложений.

Это коробка, в которую родители могут класть записки со своими идеями и предложениями, что позволяет им делиться своими мыслями с группой воспитателей.

* Отчеты.

Письменные отчеты о развитии ребенка – это одна из форм общения с семьями, которая может быть полезна при условии, чтобы она не заменяла личных контактов.

* Член родительского совета.

Родительский совет – это группа родителей, которая регулярно собирается для того, чтобы давать рекомендации воспитателям по поводу их теории и практики.

* Сотрудничество родителей друг с другом.

Это помощь более опытных родителей начинающим. Групповая деятельность может включать в себя собрания для общения или оказания поддержки.

* В современном детском саду необходимо использовать новые, интерактивные формы сотрудничества с родителями, педагогам необходимо вовлечь их в процесс обучения, развития и познания собственного ребенка.

Слово «интерактив» пришло к нам из английского языка «interact», где «inter» - это взаимный, а «act» - действовать. Интерактивный – означает способность активно взаимодействовать с чем-либо или кем-либо.

   Применение интерактивных методов повышают готовность родителей к взаимодействию с педагогом, психологом и другими специалистами:

  Специалист, организующий оригинальные, непривычные мероприятия, вызывает уважение и успех.

**Технология опыта**

Наша деятельность с родителями по формированию ЗОЖ у детей осуществлялась в соответствии с программой ДОУ.

Работа началась с диагностики, которая включала в себя:

изучение медицинских карт детей;

анкетирование родителей;

Мы ознакомились с медицинскими картами 15 детей старшей группы, которые начали посещать наше ДОУ в 2011 г. По итогам углублённого медицинского осмотра детей выявилось, что из 15 человек:

хроническими заболеваниями болеют - 6 человек;

сердечнососудистые - 1чел;

бронхит - 1чел;

часто болеют простудными заболеваниями - 7 чел.

Анкетирование родителей старшей группы в котором приняло участие 15 человек родителей, дети которых начали посещать наше ДОУ в 2011 г., то есть ранее не участвовали в программе ДОУ. Анкетирование показало, что состояние здоровья своего ребенка как хорошее оценивают 60 % родителей, 20 % оценивают как нормальное; 20 % - как плохое.

Состояние здоровья своего ребенка проверяют раз в месяц - 0; раз в полгода - 30 %; раз в год - 70 %; никто не считает, что в этом нет необходимости.

Физкультурой и спортом постоянно занимаются 20 % родителей; часто - 30 %; очень редко - 30 %; не занимаются - 20 %.

Занимается физкультурой и спортом постоянно 20 % детей; часто - 20 %; очень редко- 40 %; не занимаются - 20 %.

Считают недопустимым употребление спиртных напитков - 0; возможным умеренное употребление во время праздников - 70 % считают это недопустимым в присутствии ребёнка - 30 %.

Курение считают вредной привычкой все родители; 30 % из них считают, что недопустимо курить в присутствии ребёнка.

Свое питание считают рациональным только 20 % родителей, 70 % - считают нерациональным; 10 % затрудняются ответить.

Питание своего ребенка считают рациональным 60 % родителей; 30 - считают нерациональным; 10 % затрудняются ответить.

Для ребенка предпочитают отдых на море 30 % родителей; дома - 20 %; в санатории - 10 %; в деревне - 40 %.

Досуг проводят у бабушки 20 % детей; гуляют во дворе с родителями - 60 %; смотрят телевизор - 20 %; со сверстниками - 0%.

Знают, что значит вести здоровый образ жизни, 70 % родителей; нет - 20 %; затрудняются ответить - 10 %.

Знания о здоровом образе жизни родители получают из специальных книг по воспитанию дошкольников - 10 %; из средств информации 90 %.

Здоровый образ жизни своим детям прививают только 60 % родителей. Они делают это с помощью бесед, личным примером, совместно.

Таким образом, исследование показало, что работа по формированию здорового образа жизни у детей ведётся чуть больше, чем в половине семей. Многие дети не занимаются спортом, неправильно питаются, наблюдают, как родители курят и употребляют спиртные напитки, ведут неподвижный образ жизни.

Мы подключили к участию в программе по формированию здорового образа жизни детей родителей, принявших участие в анкетировании.

В работе с родителями реализовывалось комплексное применение традиционных и нетрадиционных форм непосредственного и дистанционного взаимодействия. Были использованы методы работы с родителями с дополнительной целью - повышения их личной заинтересованности в формировании ЗОЖ детей.

Мы провели следующие в старшей группе следующие мероприятия:

* . Родительское собрание в старшей группе детского сада Тема: «Здоровый образ жизни».

Цель: Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.

* . Написание плакатов

«Здоровье - эта та вершина, на которую каждый человек должен взойти сам».

«Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял - много потерял, здоровье потерял - всё потерял».

«Проблемы детей до семилетнего возраста - это проблемы их родителей».

* . Анкеты для родителей. Выдать вместе с первым приглашением на собрание с просьбой сдать через два дня.
* . Подготовить памятки для каждого родителя с советами на тему собрания.

Копилка мудрых советов.

Полезные советы о питании.

Советы народной медицины.

Рецепты вегетарианских блюд.

Заповедь психотерапевта Ю. Мерзлякова

* . Аудио запись с ответами детей на вопросы:

кого называют здоровым?

что надо делать, чтобы быть здоровым?

как надо вести себя, если ты заболел?

что может быть опасным на прогулке?

как ты поступишь, если: из носа пошла кровь?

порезал палец?

ушиб ногу или другую часть тела?

* . Выставка литературы по теме родительского собрания.
* . Педагогическая беседа на тему: « «Значение режима дня в жизни дошкольника».
* . Информационный стенд. В кратком и красочно оформленном виде родителям предлагались рекомендации следующего содержания.

Игры и упражнения, по оздоровлению и формированию здорового образа жизни ребенка, которые можно организовывать дома.

Как с пользой провести выходной день с ребенком.

Антропометрия - измерения массы и длины тела, окружности груди, динамометрия, спирометрия.

* . Стенгазета «Мама, папа, я - спортивная семья». В газете в шутливой и серьезной форме, в и прозе была представлена основная информация об одном из важнейших направлений формирования здорового образа жизни ребенка - активном образе жизни его семьи.
* . Заседания клуба «Семейного досуга». Здесь родители познакомились с рисунками ребят на тему «Выходной день в моей семье». Они смогли не только порадоваться развитию изобразительного таланта своих детей, но и узнать, как проводят свои выходные другие семьи. В такой непринужденной форме были организованы условия для обмена опытом между родителями. А на фоне обмена дружеским опытом информация о возможных способах организации досуга была воспринята с гораздо большим интересом, чем при традиционных формах. Она вызвала активное обсуждение и породила новые идеи самих родителей, часть из которых позже была ими реализована.
* . Дни открытых дверей. Родители знакомились с оздоровительными ресурсами ДОУ и оздоровительными мероприятиями, в которых ежедневно принимают участие их дети. Знакомились с соблюдением режимных моментов в детском саду и особенностями сбалансированного питания детей в ДОУ. Они приняли участие в тематических занятиях и мероприятиях группы и детского сада. Некоторые взяли на заметку важные для себя моменты жизни детей в ДОУ с тем, чтобы реализовать их у себя дома. А разница, которую замечали родители (иногда с помощью педагога) между тем, с какой легкостью их ребенок выполняет оздоровительные, гигиенические процедуры, и с каким порой нежеланием он выполняет подобные требования дома, рождали вопросы к специалистам. В итоге возникала потребность родителей в получении консультаций по вопросам, связанным с формированием навыков ЗОЖ своего ребенка.
* Совместная экскурсия. Во время экскурсии в библиотеку, где для детей была организована увлекательная беседа «Разговор о здоровье», во время экскурсий в парк и др., родители узнавали о том, как можно в незатейливой и при этом увлекательной форме знакомить детей с важными знаниями, демонстрировать и прививать им необходимые навыки, закладывая базу для формирования их здорового образа жизни .
* Спортивный праздник. К моменту проведения семейно-спортивного праздника, посвященного «ДНЮ СЕМЬИ» и родители были уже увлечены формированием здорового образа жизни своего ребенка и поддержкой его стремления к укреплению собственного здоровья. Поэтому на радость детям и педагогам ДОУ проблем с их участием в данном мероприятии не возникло. Мероприятие прошло весело и задорно, послужив укреплению позитивных отношений между детьми и родителями.

**Результативность**

* . У родителей повысился интерес к вопросам ЗОЖ детей Они стали часто задавать вопросы по поводу питания и закаливающих процедур в домашних условиях. Изъявлять желание услышать рекомендации специалистов (старшей медсестры, врача) по укреплению здоровья детей . Интересоваться методической литературой по сохранению здоровья, брать предложенную литературу для чтения домой.
* Родители стали соблюдать режим дня в ДОУ - приводить детей в определенное время до 8.00, благодаря чему 96% детей посещают утреннюю гимнастику. В выходные дни поддерживают режим дня ДОУ и сбалансированное питание детей. Родители с детьми стали чаще посещать парки, выезжать за город, вести активный образ жизни - кататься на коньках, лыжах, плавать в бассейне, играть в футбол, теннис и т.д.
* В качестве особого достижения можно отметить, что в результате проведенной работы часть родителей отказалась от вредных привычек в пользу здоровья детей (перестали курить в их присутствии, а 6 % вовсе отказались от курения).
* . Родители стали активно посещать родительские собрания и совместные мероприятия родителей и детей в детском саду. На сегодняшний день ряд тем родительских собраний продиктован уже запросами родителей. Посещаемость данных мероприятий возросла до 87%.
* . Сегодня уже порядка 80% родителей вовлечены в жизнь группы и детского сада. Они принимают активное участие в проектной деятельности своих детей, помогают ребятам и педагогам в подготовке к праздникам, открытым просмотрам (шьют костюмы, готовят атрибуты, находят необходимую информацию, помогают в оснащении предметно-развивающей среды группы, участвуют в конкурсах и выставках). В итоге все больше родителей получает индивидуальные благодарственные письма и награды, вызывая заметную радость и гордость в глазах своих детей.
* . Дети стали заметно более подвижны, инициативны, самостоятельны. У них расширился кругозор, они обогатились представления об объектах и явлениях окружающей действительности. Они сравнивают предметы, классифицируют их, опираясь на существенные признаки, делают обобщения не только на основе представления об одновременном участии предметов в житейской ситуации, но и по понятийному признаку. В рамках проделанной работы дети стали приобретать больше знаний в процессе непосредственного общения с родителями, исследовательской и презентационной деятельности. Вследствие чего у них стала быстрее развиваться грамотная связная речь. В речи они используют не только простые, но и сложные предложения. Охотно пересказывают сказки, рассказы, активны в общении. Слышат и выделяют звук в слове, развивается фонематический слух. Дети овладели такими видами связных высказываний, как рассказывание из опыта и творческое рассказывание.
* . Если раньше дети слабо ориентировались в вопросах укрепления здоровья и не могли назвать причины его ухудшения и поддержания, то в настоящее время ситуация изменилась. Дети приобрели соответствующие своему возрасту необходимые знания, навыки и умения для укрепления собственного здоровья. Ребята свободно ориентируются в вопросах гигиены, закаливания, строения человека. Имеют основные представления о безопасной среде обитания. Владеют навыками проведения оздоровительных минуток, умением правильно принимать пищу (тщательно пережевывать, разумно относиться к приему жидкости). С удовольствием используют простейшие методы закаливания (хождение по дорожкам Здоровья, контрастное ножное водное закаливание в теплое время года).

Таким образом, мы использовали следующие методы работы с родителями по формированию ЗОЖ детей: родительское собрание «Здоровый образ жизни»; педагогическая беседа «Значение режима дня для дошкольников»; информационный стенд; стенгазета «Мама, папа, я - спортивная семья»; заседания клуба «Семейного досуга»; дни открытых дверей; совместная экскурсия в библиотеку; спортивный праздник.

В ходе проведенной работы по использованию выбранных методов работы педагога ДОУ с семьей выяснилось, что использование данных методов работы с семьей повышает активность родителей в совместной с педагогом деятельности по формированию здорового образа жизни детей.

Повысился не только формальный уровень посещения родителями мероприятий, проводимых в традиционной форме (родительских собраний, педагогических бесед и т.д.), но и заметно возросла их готовность к применению полученных знаний. В частности к выполнению требований педагога, способствующих оздоровлению детей и поддержанию режимных моментов ДОУ.

Родители стали более активными участниками жизни группы и ДОУ. Они действительно стали единомышленниками и партнерами в деле формирования и развития здорового образа жизни детей.

**Адресная направленность**

Данный опыт адресован педагогам дошкольных учреждений, педагогам системы дополнительного образования, размышляющим над проблемами физического развития младших школьников дошкольников, независимо от реализуемой программы в детском саду.

**Литература:**

1. Арнаутова, Е.П. Социально-педагогическая практика взаимодействия семьи и детского сада в современных условиях / Е.П. Арнаутова / Детский сад от А до Я. – 2004. - №4. – с. 23-35.

2. Давыдова О.И., Богославец Л.Г., Майер А.А. Работа с родителями в детском саду: Этнопедагогический подход. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 144с. - (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).

3. Зверева О.Л. Родительские собрания в ДОУ: методическое пособие/О.Л. Зверева, Т.В. Кротова. - М.: Айрис — пресс, 2006. - 128с. - (Дошкольное воспитание и развитие)

4. Козлова А.В., Дешеулина Р.П. Работа ДОУ с семьёй: Диагностика, планирование, конспекты лекций, консультации, мониторинг. - М.: ТЦ Сфера, 2004. - 112с. (Серия «Библиотека руководителя ДОУ»).

5. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание: Учебник для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. -- М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 232 с)

5. Скоролупова О.А. Тематическое планирование воспитательно-образовательного процесса в ДОУ. Часть II. – М.: ООО Издательство «Скрипторий», 2008.

6. Солодянкина О.В. Система планирования в дошкольном учреждении: Метод.пособие. – 5-е изд. испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2004г.

8. Осипова Л.Е. Родительские собрания в детском саду. Старшая группа. - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008. - 64с.

9. Осипова Л.Е. Родительские собрания в детском саду. Подготовительная группа. - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008. - 56с.

10. Петрущенко Н.А., Зенченко Н.Е. Детский сад и семья – взаимодействие и сотрудничество. // Воспитатель ДОУ. 2009, № 9.

**Приложение**

**перспективное планирование работы с родителями по формированию здорового образа жизни в средней группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | Темы собраний, встреч | Праздники, развлечения, дни открытых дверей | Консультации, наглядность | Индивидуальные беседы, общение |
| сентябрь |  Задачи развития,  Роль семьи и детского сада в воспитании ребенка, ПДД | Чаепитие «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались!» | «Особенности развития ребенка 5-6 лет», «Ребенок открывает мир природы» | Развиваем мелкую моторику, режим дня, опрятность |
| октябрь | Обмен опытом «Как мы оздоравливаем детей?» |  | «Витаминный календарь. Осень», «Развитие мелкой моторики» | Питание ребенка дома, выбираем одежду по сезону |
| ноябрь | обмен опытом «Как бороться с простудой?» |  |  «Профилактика плоскостопия у детей», «Значение артикуляционной гимнастики», «Значение спортивных упражнений» | Прогулки на свежем воздухе, самочувствие детей после выходных |
| декабрь |  |  | \«Одежда в зимнее время»,«Особенности темперамента «Витаминный календарь. Зима» | Значение дневного сна, правильное питание |
| январь |  |  «Олимпийские игры» | «Зимние развлечения», Здоровьесберегающие технологии в ДОУ | Навыки самообслуживания у ребенка |
| февраль | Круглый стол: «Роль отца в семье.  Растим будущего мужчину» | 23 февраля,«Рыцарский турнир»,  |  «Нарушение осанки у детей. Профилактика»,  | Развитие мелкой моторики. |
| март |  |  «Мама, папа я – спортивная семья!» | «Витаминный календарь. Весна», «Гимнастика для глаз»,  | Развитие зрительного внимания. |
| апрель |  |  | «Профилактика детского травматизма | соблюдение режима дня |
| май | Обмен опытом «Развиваем ребенка летом» |  | «Безопасное поведение дошкольника» | Одежда по сезону, правильное питание |
| июнь |  | «Здравствуй, лето!», походы, экскурсии | «Витаминный календарь. Лето», «Первая помощь при солнечных ударах и ожогах» | Укусы насекомых,ре-бенок-исследователь |
| июль |  | Походы, экскурсии, «Зарница» | «Дети и компьютер», «Поощрять или наказывать?», «Первая помощь при отравлении» | Игры на природе,Безопасность на воде |
| август |  | Походы, экскурсии | «Осторожно: ядовитые грибы!», «10 рецептов против жадности» | Безопасность на дороге, закаливание |

**Перспективное планирование работы с родителями (подготовительная группа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | Темы собраний, встреч | Праздники, развлечения, дни открытых дверей | Консультации, наглядность | Индивидуальные беседы, общение |
| сентябрь | Задачи развития,  Роль семьи и детского сада в воспитании ребенка. |  | «Особенности развития ребенка 6-7 лет».  | Развитие графических навыков. |
| октябрь | Круглый стол: «Скоро в школу» | Праздник осени, районные «Веселые старты»,  | «Витаминный календарь. Осень»,  | Питание ребенка дома, выбираем одежду по сезону |
| ноябрь |  |  |  «Профилактика плоскостопия у детей», «Растим детей активными, ловкими» | Прогулки на свежем воздухе, закаливание |
| декабрь | Умственное развитие ребенка.«Воспитание уважения к пожилым людям. |   | « «Одежда в зимнее время», «Витаминный календарь. Зима» | Значение дневного сна, опрятность |
| январь |  | Развлечение «Олимпийские игры» | «Зимние развлечения», | Навыки самообслужи вания у ребенка,  |
| февраль | КВН для настоящих мужчин | 23 февраля, «Рыцарский турнир» |  «Нарушение осанки у детей. Профилактика»,  | Развитие графических навыков. |
| март |  |  «Мама, папа я – спортивная семья!», | «Витаминный календарь. Весна», «Гимнастика для глаз». | Развитие зрительного внимания. |
| апрель | Подведение итогов | , «День Нептуна» | «Профилактика детского травматизма»,  | соблюдение режима дня |
| май | Обмен опытом «Развиваем ребенка летом. |  |  | Одежда по сезону, правильное питание |
| июнь |  | «Здравствуй, лето!», походы, экскурсии | «Витаминный календарь. Лето», «Первая помощь при солнечных ударах и ожогах» | Укусы насекомых. |
| июль |  | Походы, экскурсии, «Зарница» |  «Первая помощь при отравлении»,  | Игры на природе, |
| август |  | Походы, экскурсии | «Осторожно: ядовитые грибы!». | Безопасность на дороге, закаливание |

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Уважаемые родители!**

***Цель анкеты - проанализировать работу детского сада по укреплению здоровья детей и снижению их заболеваемости. Просим Вас искренне ответить на предложенные вопросы (подчеркнуть выбранный Вами ответ).***

1. Часто ли, на Ваш взгляд, болеет Ваш ребенок?

**Да       нет**

2. Причины болезни:

• недостаточное физическое развитие, воспитание ребенка в детском саду;

• недостаточное физическое воспитание в семье;

• и то и другое;

• наследственность, предрасположенность.

3. Знаете ли Вы физические показатели, по которым можете следить за правильным развитием ребенка?

**Да      частично      нет**

4. На что, на Ваш взгляд, должны обращать особое внимание семья и детский сад, заботясь о здоровье и физическом развитии ребенка?

• Соблюдение режима;

• рациональное, калорийное питание;

• полноценный сон;

• достаточное пребывание на свежем воздухе;

• здоровая, гигиеническая среда;

• благоприятная психологическая атмосфера;

• наличие спортивных и детских площадок;

• физкультурные занятия;

• закаливающие мероприятия.

5. Какие закаливающие процедуры, на Ваш взгляд, наиболее приемлемы для ребенка?

• Облегченная форма одежды для прогулок;

• облегченная одежда в группе (носки, короткий рукав);

• обливание ног водой контрастной температуры;

• систематическое проветривание группы;

• прогулка в любую погоду;

• полоскание горла водой комнатной температуры и ниже;

• умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной тем пературы.

6. Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребенка?

**Да      частично      нет**

7. Нужна ли Вам помощь в этом детского сада?

**Да     частично      нет**

***Благодарим Вас за искренность и мужество, за готовность открыть нам внутренний мир своих родительских пережива ний. Пожалуйста, не сомневайтесь в корректности нашего об ращения с тем, чем Вы поделились с нами. Спасибо!***

**ИТОГИ анкетирования родителей:**

   В марте месяце родителям была предложена анкета, с целью проанализировать работу детского сада по укреплению здоровья детей и снижению заболеваемости.

В анкетировании приняли участие 22 родителя.

На первый вопрос 68% родителей ответили, что ребёнок болеет не часто, 32% – часто.

Причинами заболевания родители считают: 68%  – недостаточное физическое воспитание в семье, 22.7%  – предрасположенностью и наследственность, 9.0% – недостаточное физическое развитие в детском саду.

Физические показатели развития ребёнка родители знают: 68.%– частично,

32%  – отлично.

На четвёртый вопрос мнения родителей разделились, большинство считают, что нужно обращать внимание на все компоненты заботы о здоровье и физическом развитии (особо на соблюдения режима, благоприятность психологической атмосферы, физкультурные занятия, закаливающие процедуры, пребывание на свежем воздухе).

Наиболее приемлемые закаливающие процедуры в детском саду: облегчённая форма одежда для прогулок и в группе, систематическое проветривание групп, умывание лица, шеи, рук до локтя прохладной водой.

На вопрос как укреплять здоровье ребёнка 45.5% ответили утвердительно, 54.5% – частично.

В помощи детского сада по  укреплению здоровья детей нуждаются – 18%, частично – 58%, 24% - не нуждаются.

Выводы: таким образом мы видим что, большинство родителей внимательно относятся к вопросам здоровья своих детей, следят за состоянием работы детского сада по этому направлению.

**Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»**

. Как Вы оцениваете состояние здоровья своего ребенка?

а) хорошее

б) нормальное

в) плохое

. Как часто Вы проверяете состояние здоровья своего ребенка?

а) раз в месяц

б) раз в полгода

в) раз в год

г) в этом нет необходимости

. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

а) постоянно

б) часто

в) очень редко

г) не занимаюсь

. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?

а) постоянно

б) часто

в) очень редко

г) не занимается

. Как Вы относитесь к употреблению спиртных напитков?

а) считаю недопустимым

б) возможно умеренное употребление во время праздников

в) это недопустимо в присутствии ребёнка

г) не считаю это проблемой

. Как Вы относитесь к курению?

а) это вредная привычка

б) это недопустимо в присутствии ребёнка

в) не считаю это проблемой

. Считаете ли Вы свое питание рациональным?

а) да

б) отчасти

в) нет

г) затрудняюсь ответить

. Считаете ли Вы питание своего ребенка рациональным?

а) да

б) отчасти

в) нет

г) затрудняюсь ответить

. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?

а) на море

б) дома

в) в санатории

г) в деревне

д) другое

. Как Ваши дети проводят досуг?

а) у бабушки

б) гуляют во дворе

в) смотрят телевизор

г) с друзьями

. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?

а) да

б) нет

в) затрудняюсь ответить

. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

а) из специальных книг

б) из средств информации

в) из беседы с

г) в школе

. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?

а) да

б) затрудняюсь ответить

. Если прививаете, то, каким образом?

а) с помощью бесед

б) личным примером

в) совместно

**Родительское собрание в старшей группе детского сада по теме: «Здоровый образ жизни»**

*Ход собрания*

. Звучит песня «Закаляйся». Музыка Соловьёва-Седова, слова Лебедева-Кумача.

Здравствуйте, уважаемые родители. Цель нашей сегодняшней встречи - узнать, что такое здоровый образ жизни и как он влияет на развитие наших детей. Проанализировав Ваши ответы на вопросы анкет, мы составили план нашей сегодняшней встречи с их учётом. Надеемся, что сумеем ответить на все интересующие Вас вопросы и Вы узнаете много интересного для себя.

Выступление врача-педиатра. Заболеваемость детей. Анализ групп здоровья детей. Советы по укреплению здоровья. Здоровье и пища. Здоровье и привычки.

. Узнайте, что думают Ваши дети о здоровье. Аудио запись с ответами детей на вопросы.

. Уважаемые родители, а Вы готовы ответить на наши вопросы?

Надувные шары. В каждом шарике записка с вопросом для родителей.

Воспитатель бросает воздушный шарик родителям. Поймавший, прокалывает шарик и отвечает на вопрос.

* Что значит здоровый человек?
* Что такое «здоровый образ жизни»?
* Какие вредные привычки детей плохо влияют на их здоровье?
* Какие положительные привычки необходимо воспитывать у детей, чтобы они были здоровы? и т.п. Другие родители могут дополнять и высказывать своё мнение по заданному вопросу.

*Выступление психолога.*

Здоровье человека заключается в гармонии духовного, душевного и физического.

. *Игра с родителями «Слово-эстафета»*

Родители садятся в круг. Игрушка-кукла передаётся по кругу. Взяв игрушку в руки, родители продолжают начатое ведущим предложение «Мой ребёнок будет здоровым, если я….»

. *Заключение.* Родители делятся мнениями о собрании. Высказывают свои предложения на будущее. Каждому родителю вручаются памятки.

*Решения собрания*

* . Пусть в каждой семье господствует дух здоровья, культ здоровья.

. Хотите ли ВЫ, не хотите ли,

Но дело, товарищи, в том, что

Прежде всего, мы - родители,

А всё остальное - потом!

* . Соблюдать дома рекомендации, полученные от врача и психолога.
* . Вести в семье здоровый образ жизни, отказавшись от вредных привычек самим и поддерживать у детей стремление к здоровому образу жизни.

**Беседа «Значение режима дня в жизни дошкольника»**

Большое значение для здоровья и физического развития детей имеет режим дня. Постоянное время для еды, сна, прогулок, игр и занятий - то, что И.П. Павлов называл внешним стереотипом,- обязательное условие правильного воспитания ребенка.

Режим дня - это система распределения периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, занятий и самостоятельной деятельности детей. Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от строгого выполнения режима. Запаздывание еды, сна, прогулок отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно.

Один из немаловажных отличительных признаков воспитания в детском саду от домашнего - это режим в детском саду. В детском саду все подчинено заранее установленному распорядку. И это несомненный плюс. Ведь такая системность приучает даже самого взбалмошного карапуза к аккуратности, точности, порядку. Что уж говорить о питании. Любой диетолог подтвердит, что правильный прием пищи в одно и то же время способствует росту здорового организма.

Режим дня - это четкий распорядок жизни в течение суток, предусматривающий чередование бодрствования и сна, а также рациональную организацию различных видов деятельности. Правильный, соответствующий возрастным возможностям ребенка режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления.

Любая деятельность - это ответная реакция на внешний раздражитель, осуществляемая рефлектор но. Она является результатом сложных процессов в коре головного мозга, сопровождается огромной тратой нервной энергии и приводит к утомлению.

У ребенка, приученного к строгому распорядку, потребность в еде, сне, отдыхе наступает через определенные промежутки времени и сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм как бы заблаговременно настраивается на предстоящую деятельность, поэтому она осуществляется достаточно эффективно, без лишней траты нервной энергии и не вызывает выраженного утомления.

В первые три года жизни режим дня меняется несколько раз. Он должен быть подчинен основным задачам воспитания детей преддошкольного возраста: способствовать правильному росту и развитию, укреплению здоровья, развитию основных движений, становлению речевой функции.

Режим дня детей дошкольного возраста должен строиться также с учетом особенностей их высшей нервной деятельности, которая характеризуется все еще легкой истощаемостью клеток коры головного мозга, определенной неустойчивостью нервных процессов.

Хорошая работоспособность в течение дня обеспечивается разнообразием видов деятельности и их чередованием. С физиологических позиций это объясняется способностью коры головного мозга одновременно работать и отдыхать. В каждый отдельный момент работает не вся ее поверхность, а отдельные участки, именно те, которые ведают данной деятельностью (поле оптимальной возбудимости). Остальные области коры в это время находятся в состоянии покоя. При изменении характера занятий поле оптимальной возбудимости перемещается, и создаются условия для отдыха ранее функционировавших участков коры головного мозга.

Все физиологические процессы в организме, имея свой биологический ритм, подчиняются единому суточному ритму - смене дня и ночи. В течение суток активность и работоспособность ребенка не одинаковы. Их подъем отмечается от 8 до 12 ч и от 16 до 18 ч, а период минимальной работоспособности приходится на 14-16 ч. Не случайно поэтому занятия, вызывающие выраженное утомление детей, планируются в первую половину дня, в часы оптимальной работоспособности.

Работоспособность неоднозначна и на протяжении недели. В понедельник она невысока. Это можно объяснить адаптацией ребенка к режиму детского сада после двухдневного пребывания в домашних условиях, когда в большинстве случаев привычный режим существенно нарушается. Наилучшие показатели работоспособности отмечаются во вторник и среду, а начиная с четверга она вновь ухудшается, достигая самых низких характеристик в пятницу и субботу. Следовательно, к концу недели происходит постепенное и неуклонное нарастание утомления. В известной мере это обусловлено большой продолжительностью малоподвижного состояния детей, занятых спокойными играми, хозяйственно - бытовым трудом, учебной работой. В общей сложности 75-80% времени пребывания в детском саду приходится на малоподвижную деятельность, между тем как ребенку присуща потребность в активных движениях. Увеличение двигательного компонента и рациональное (с учетом динамики работоспособности) распределение в течение недели занятий, особенно утомительных для детей, можно отнести к числу мер по предупреждению утомления.

Продолжительность отрезков бодрствования у дошкольников ограничивается 5-6 ч. Отсюда вытекает необходимость чередования бодрствования и сна.

Ребенок, с раннего детства привыкший жить по режиму, охотно его выполняет. Ему не приходит в голову, что можно отказываться идти спать, когда наступило время. Если он в 9 часов вечера лег и не позднее чем через полчаса крепко уснул, то утром его не приходится будить - он сам просыпается бодрым, веселым. У ребенка имеется достаточно времени, чтобы спокойно одеться, и родителям не приходится поторапливать его и высказывать недовольство по поводу его медлительности. Днем они не тратят время на многократные приглашения, уговоры сесть за стол или пойти погулять. День в семье начинается и кончается спокойно, все конфликтные ситуации, связанные с соблюдением режима, исключены. Вечерние часы родители полностью используют для своих дел.

Если изо дня в день повторяется ритм в часах приема пищи, сна, прогулок, разных видов деятельности, то это благоприятно влияет на состояние нервной системы и на то, как протекают все физиологические процессы в организме. В детских дошкольных учреждениях режим осуществляется полностью. Но дома (у детей как не посещающих, так и посещающих детские сады) он далеко не всегда соблюдается. Замечено, что отсутствие правильного режима дня в выходные дни отражается на состоянии ребенка в детском саду в понедельник: чувствуется некоторая утомленность, вялость (или, напротив, повышенная возбудимость), малыш склонен значительно больше поспать днем, чем в остальные дни.

На протяжении 4 дошкольных лет режим меняется незначительно. Несколько уменьшается суточное количество сна, преимущественно за счет дневного. Но нельзя забывать, что ребенок все еще нуждается в более продолжительном сне, чем взрослый человек.

Ребенку до 5 лет положено спать в сутки 12,5--12 часов, в 5-6 лет - 11,5-12 часов (из них примерно 10-11 часов ночью и 1,5-2,5 часа днем).

Для ночного сна отводится время с 9-9 часов 30 минут вечера до 7-7 часов 30 минут утра. Дети-дошкольники спят днем один раз. Укладывают их так, чтобы они просыпались в 15-15 часов 30 минут. Организовывать дневной сон позже нецелесообразно - это неизбежно вызывало бы более позднее укладывание на ночной сон. Шестичасовое бодрствование во второй половине дня - это как раз тот промежуток времени, в течение которого ребенок достаточно наиграется, чтобы почувствовать потребность в отдыхе.

Особенности сна ребенка в большой мере определяются условиями воспитания. Необходимость идти спать порою воспринимается как неприятность, ребенок просит разрешения еще поиграть, посмотреть телевизор. Получив отказ, он в плохом настроении идет умываться, раздеваться, долго возится, не засыпает, а утром его приходится будить, лишая части необходимого отдыха. Систематическое недосыпание отрицательно сказывается на настроении ребенка, приводит к возникновению у него капризов, вредно отражается на состоянии центральной нервной системы. Поэтому столь важно, используя соответствующие педагогические и гигиенические средства, укреплять потребность ребенка в сне, вызывать чувство удовольствия при укладывании, приучать быстро засыпать без всяких дополнительных воздействий.

Какие же средства способствуют решению этих задач?

Прежде всего, воспитанная еще в раннем детстве привычка выполнять режим. Обычно ребенку хочется как-то завершить то, что он делает (и это можно только приветствовать). Поэтому следует заранее, минут за 10-15, предупредить малыша о том, что скоро нужно ложиться спасть. А когда это время наступит, настаивайте, чтобы ребенок не задерживался. Постепенному переключению от игры ко сну способствует привычка ребенка раздеваться самостоятельно. Уже к трем годам малыш может почти самостоятельно раздеться и аккуратно сложить одежду. На протяжении последующих лет эти навыки совершенствуются.

**Сценарий семейно-спортивного праздника посвященного «ДНЮ СЕМЬИ»**

*Цель:* создать условия для творческого, совместного сотрудничества детей, родителей и сотрудников детского сада.

*Задачи:*

Развитие интереса у детей к совместным двигательным упражнениям с родителями.

Развитие умения сопереживать и помогать друг другу.

Развитие наблюдательности, внимания, памяти, умения слушать и слышать, смотреть и видеть, понимать себя и других людей.

Под музыку входят болельщики и занимают свои места. Под аплодисменты зрителей и болельщиков входят команды, состоящие из родителей и их детей.

Ведущий: «Добрый день, дорогие друзья! Мы рады видеть всех на нашем спортивном празднике. Мы благодарим вас, за то, что вы откликнулись на наше приглашение. Этот праздник - лишний повод убедиться какие у нас в саду дружные семьи, какие ловкие, умелые, смелые папы и мамы, и конечно же наши юные спортсмены.

1-й ребенок:

Чем жива семья сегодня?

Всех проблем не одолеть.

И порою забываем,

Что в заботах и тревогах

Главное семью сберечь.

2-й ребенок:

Дом, в котором мы живем,

Самый лучший в мире дом.

Память добрую о нем

Мы всю жизнь в сердцах несем.

Пусть тепло и добрый свет

Будет в нем на тысячу лет!

Ведущий: «Вы все знаете, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает иногда пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой. Мы откладываем все это на «потом». А что, если попробовать заниматься вместе, всей семьей?

3-й ребенок:

Дом, в котором мы живем,

Это очень шумный дом.

После разных дел с утра

В нем всегда идет игра!

4-й ребенок:

Папа, мама, словно дети,

Сами ждут минуты эти

Им на игры, право слова,

Не хватает выходного.

5-й ребенок:

А на празднике, друзья,

Нам без игр никак нельзя

Больше страсти, больше смеха,

Пусть вовсю идет потеха!!!

Ведущий: «В спортивном празднике принимают участие 2 команды. Команда группы №8 «Солнышко» и сборная команда из 10 и 12 группы «Непоседы». Каждая из команд приготовила девиз».

Девиз команды «Солнышко»:

Пусть всегда будет солнце.

Пусть всегда будет небо.

Пусть всегда будет папа,

Пусть всегда будет мама,

Пусть всегда будем мы!

Девиз команды «Непоседы»:

Непоседы, непоседы,

Не сидим без дела.

Победим сегодня всех

Дружно и умело!

Ведущий: «Оценивают выступление жюри: методист детского сада, м/с, заведующая хозяйственной частью. И так мы начинаем соревнования!

. Эстафета «Гусеница».

Каждая команда становится в две колонны. Между колоннами протянуть скакалку, за которую держаться все участники команды. По сигналу «гусеница», команда, бежит до ориентира, обегает его и возвращается к линии старта. Побеждает команда, первой пришедшая к финишу.

. Эстафета «Кенгуру».

Первый игрок, зажав мяч между ног и держа в руках 1 мяч, прыжками достигает ориентира, обегает его, возвращаются в команду и передает мячи следующему игроку. Выигрывает команда быстрее справившаяся с заданием (участвуют и дети и родители). Подведение итогов.

. Эстафета «Вдвоем на трех ногах».

Надеть резинку на ноги следующим образом. Ребенок вставляет правую ногу в резинку, а родитель левую. Взяться за руки. По команде «Марш» добежать до ориентира, обогнуть его, вернуться в команду и передать резинку следующей паре. Побеждает команда быстрее справившаяся с заданием. Подведение итогов.

. Эстафета «Прыжки в мешках».

Участвуют дети и родители. Подведение итогов.

. Аттракцион «Мишки и шишки».

Рассыпать на земле шарики (шишки). Раздать каждой команде пару боксерских перчаток. По команде «начали» первый родитель надевает боксерские перчатки своему ребенку. Ребенок бежит, подбирает «лапами медведя», «шишки» возвращается в команду «шишку» кладет в корзину и передает перчатки следующей паре участников. Побеждает команда, которая соберет полную корзину первой. Подведение итогов.

. Аттракцион «Хомяки».

На середине игрового поля ставится бассейн с надувными шариками. От каждой команды выбрать двух участников папу и маму. По команде «марш» дети этих родителей бегут до бассейна, берут шарики, сколько могут унести и бегут к своим родителям. Мама и папа прячут шарики под одежду. Игра продолжается до команды «Стоп игра». Побеждает та команда, у которой больше шаров. Лопнувшие шары не считаются. Подведение итогов.

. Аттракцион для родителей «Перетягивание каната».

Подведение итогов.

Подведение итогов праздника (грамоты). Загадки про спорт - отгадывают все.

Награждение участников (грамотами и подарками).

Слово методисту ДОУ.

В заключение нашего праздника давайте все вместе (хором) прочитаем стихотворение:

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!!!

Ведущий: На этом наш праздник подошел к концу. До свиданья!

Выход участников и болельщиков со спортивной площадки.

**Перспективный план работы по взаимодействию с семьей**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяцы** | **Содержание работы** |
| Сентябрь  | 1. Родительское собрание «Задачи физического воспитания детей дошкольного возраста и особенности их развития».
2. Анкетирование «Физическое развитие с детьми в ДОУ и дома».
3. Просмотр кинофильма «Летний отдых».
4. Помощь в оформлении уголка спорта.
 |
| Октябрь  | 1. Консультация «Одежда детей в разное время года»
2. Беседа «Приобщение детей к спорту»
3. Информация в родительском уголке «Воспитываем здоровых детей»
4. Помощь родителей в витаминизации работы ДОУ (чеснок, лук, шиповник)
 |
| Ноябрь  | 1. Практикум «Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования»
2. Анкета «Растим здоровых детей»
3. Консультация «Спортивные интересы ваших детей»
4. Пополнение спортивного уголка.
 |
| Декабрь  | 1. Консультация «Плохих детей не бывает»
2. Просмотр кинофильма «Трудные препятствия»
3. Помощь в изготовлении атрибутов к зимнему спортивному празднику.
4. Анкетирование родителей и детей «Здоровый образ жизни»
 |
| Январь  | 1. Совместное катание с горки на площади Победы.
2. Помощь в организации пешей прогулки.
3. Родительское собрание «Результаты профилактической работы по оздоровлению детей» .Выступление врача, инструктора по физкультуре.
4. Консультация «Профилактика плоскостопия»
 |
| Февраль  | 1. Родительское собрание с учителем гимназии №9 «Единство требований к дошкольнику и младшему школьнику»
2. Развлечение «Юные защитники Родины».
3. Фотовыставка «Наши папы самые сильные и ловкие»
4. Консультация «Игры и игрушки для развития движений детей»
 |
| Март | 1. Круглый стол с психологом и врачом «Роль психотренинга в оздоровлении ребенка»
2. Вечер вопросов и ответов «Растим здорового ребенка».
3. Сбор иллюстраций о спортсменах города.
 |
| Апрель  | 1. Пешеходная прогулка в сосновый бор.
2. Информация в родительском уголке «Приготовление здоровой и вкусной пищи»
3. Семейные рецепты витаминных блюд.
4. Изготовление костюмов к сказке «В гостях у Доктора Айболита»
 |
| Май  | 1. Совместный футбольный матч с папами.
2. Деловая игра:
* Результаты диагностики;
* Рекомендации по организации летнего отдыха;
* Безопасность на дорогах;

Рассказ родителей о своих успехах1. Задание на лето. Сбор лекарственных трав.
 |