

Клуб для родителей «Здоровый дошкольник».

Скоробогатова Елена Александровна –
воспитатель высшей категории

МБДОУ ЦРР Д/сад № 87 «Ладушки»
город Нижневартовск

Перспективный план работы клуба «Здоровый дошкольник»

Дата	Содержание деятельности
1 квартал: Сентябрь, октябрь, ноябрь	<p style="text-align: center;">Младшая группа</p> <p>1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» «О здоровье всерьез» с презентацией условий для формирования ЗОЖ в ДООУ и группе, встреча с педагогом - психологом.</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none">- Как можно оздоровить ребенка дома?- Особенности адаптации детей в детском саду <p>3. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Гигиенические требования к обуви- Формирование гигиенических навыков <p>4. Папки-передвижки:</p> <ul style="list-style-type: none">- Кодекс здоровья- Условия для полноценного сна <p>5. Оформление стенда «Здоровячок»</p> <p>6. Создание альбомов здоровья для детей</p> <p>7. Мастер класс «Минутки здоровья для детей»</p> <p>8. Анкетирование</p> <p>9. Памятка: Семейный кодекс здоровья</p>

Дата	Содержание деятельности
2 квартал: Декабрь, январь, февраль	<p>1. Заседние клуба «Здоровый дошкольник» «Здоровье ребенка в ваших руках</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none">- Как быть здоровым душой и телом- Развиваем гигиенические навыки у детей <p>3. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Одежда и здоровье ребенка- Профилактика простудных заболеваний <p>4. Папки-передвижки:</p> <ul style="list-style-type: none">- Осторожно грипп- Гигиена полости рта <p>5. Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»</p> <p>6. Работа с альбомами здоровья детей</p> <p>7. Памятка для родителей «Массаж – путь к здоровью»</p> <p>8. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>9. Презентация пособий и атрибутов для формирования ЗОЖ детей.</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>3 квартал: Март, апрель, май</p>	<p>1.Заседание клуба «Здоровый дошкольник» Семинар – практикум «Как проводить закаливание дома»</p> <p>2.Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none">- Малыш и его игрушки- Формирование культуры еды <p>3.Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Привычка ковырять в носу- Привычка грызть ногти <p>4. Памятка Режим дня - залог здоровья</p> <p>5. Папки – передвижки</p> <ul style="list-style-type: none">- На отдых с ребенком- Обычные чудеса зарядки <p>6. Оформление газеты «В здоровом теле – здоровый дух»</p> <p>7. Ведение альбомов здоровья для детей</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>1 квартал: Сентябрь, октябрь, ноябрь</p>	<p style="text-align: center;">Средняя группа</p> <p>1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» Круглый стол «Народные средства оздоровления»</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Нам не страшен сколиоз - Проблемы с кожей <p>3. Папка – передвижки</p> <ul style="list-style-type: none"> - Безопасность в нашем доме - Как предупредить плоскостопие <p>4. Памятка «Как сохранить зубы?»</p> <p>5. Семинар практикум «Устройство мини стадиона дома»</p> <p>6. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как организовать спортивный досуг ребенка в выходные дни. - Рациональное питание дошкольника. <p>7. Выставка рисунков «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»</p> <p>8. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>9. Анкетирование родителей</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>2 квартал: Декабрь, январь, февраль</p>	<p>1.Заседание клуба «Здоровый дошкольник» «Система оздоровления детей» - встреча с врачом педиатром</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none">- Привычка к телевидению- Лечим простуду гимнастикой <p>3. Папки – передвижки</p> <ul style="list-style-type: none">- Если чужой приходит в дом- Как научить ребенка чистить зубы <p>4. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Правильная осанка – здоровье ребенка- Повышение иммунитета <p>5. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>6. Памятка для родителей «Профилактика плоскостопия»</p> <p>7. Сочинение сказок о здоровье</p> <p>8. Семейная игра «Страна спортландия »</p> <p>9. Мастер класс «Обучаем детей самомассажу»</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>3 квартал: Март, апрель, май</p>	<p>1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» Семинар – практикум «Физическое развитие детей» с приглашением врача ортопеда</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Позагораем?! - Спортивный уголок дома <p>3. Папки – передвижки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дыхательная гимнастика - Встреча с незнакомцем <p>4. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как правильно организовать сон ребенка - Спортивные игры и игрушки детей дома <p>5. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>6. Памятка для родителей «Учимся быть здоровыми»</p> <p>7. Спортивное соревнование «Зов джунглей»</p> <p>8. Открытый просмотр физкультурного занятия</p> <p>9. Открытый просмотр занятия по ЗОЖ</p>

Дата	Содержание деятельности
1 квартал: Сентябрь, октябрь, ноябрь	<p style="text-align: center;">старшая группа</p> <p>1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» «Чтобы ребенок рос здоровым»</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none">- Роль семьи в воспитании здорового ребенка- Солнце, воздух и вод – наши лучшие друзья <p>3. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Закаливание ребенка – залог здоровья.- Чистоплотность девочки <p>4. Папки-передвижки:</p> <ul style="list-style-type: none">- Точечный массаж как средство закаливания- Полезные продукты <p>5. Оформление стенда «Здоровячок»</p> <p>6. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>7. Мастер класс «Закаливание льдинками»</p> <p>8. Анкетирование</p> <p>9. Памятка: «Спорт – это здоровье»</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>2 квартал: Декабрь, январь, февраль</p>	<p>1. Заседние клуба «Здоровый дошкольник» Круглый стол - обмен опытом« Здоровое питание»</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Массаж – эффективное средство развития интеллекта - Соки – напитки «защиты» <p>3. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнения для профилактики плоскостопия - Вредные привычки <p>4. Папки-передвижки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Значение плавания для детского организма - Чистота – та же красота <p>5. Спортивный праздник « Папа, мама, я – мы спортивная семья»</p> <p>6. Работа с альбомами здоровья детей</p> <p>7. Памятка для родителей « Самомассаж от простуды»</p> <p>8. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>9. Презентация «Быть здоровыми хотим» - оздоровительных мероприятий проводимых в ДОУ и группе.</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>3 квартал: Март, апрель, май</p>	<p>1.Заседание клуба «Здоровый дошкольник» Семинар – практикум « Как научить ребенка быть здоровым»</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация питания дошкольников - Как не переутомиться за компьютером <p>3.Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Роль психогимнастики в снятии напряжения - Дыхательная гимнастика <p>4. Памятка «Путешествие в страну здоровья»</p> <p>5. Папки – передвижки</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бродячие животные на улице - Здоровый ребенок <p>6. Оформление газеты «Здоровые зубки»</p> <p>7. Ведение альбомов здоровья для детей</p>

Дата	Содержание деятельности
<p>1 квартал: Сентябрь, октябрь, ноябрь</p>	<p style="text-align: center;">подготовительная группа</p> <p>1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» круглый стол «Закаливание в семье»</p> <p>2. Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Безопасность на воде - Развитие детей с нарушением опорно-двигательного аппарата <p>3. Папка – передвижки</p> <ul style="list-style-type: none"> - Профилактика гриппа - Нестандартное оборудование для занятий спортом <p>4. Памятка «Режим будущего школьника»</p> <p>5. Семинар практикум</p> <p>6. Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Здоровье без лекарств - Как выбрать товар для детей <p>7. Выставка рисунков «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</p> <p>8. Ведение альбомов здоровья для детей</p> <p>9. Памятка «Гигиена полости рта»</p>

Дата	Содержание деятельности
2 квартал: Декабрь, январь, февраль	<ol style="list-style-type: none">1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» «Повышаем иммунитет ребенка»2. Консультации:<ul style="list-style-type: none">- Помните – таблетки – не конфетки для детей.- Береги зеницу ока3. Папки – передвижки<ul style="list-style-type: none">- Точечный массаж как средство закаливания- Безопасность в нашем доме4. Беседы:<ul style="list-style-type: none">- Профилактика простудных заболеваний- Гигиена – залог здоровья5. Ведение альбомов здоровья для детей6. Памятка: Грипп это серьезно7. Оформление книги сказок о ЗОЖ8. Семейная игра «Мы спортивные ребята»9. Мастер класс «Дыхательная гимнастика »

Дата	Содержание деятельности
<p>3 квартал: Март, апрель, май</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Заседание клуба «Здоровый дошкольник» семинар – практикум «Как сохранить зрение дошкольника»2. Консультации:<ul style="list-style-type: none">- Игры которые лечат- Ваш помощник спортивный уголок3. Ширмы – передвижки:<ul style="list-style-type: none">- Гимнастика для глаз- Упражнения для осанки4. Беседы:<ul style="list-style-type: none">- Закаливание ребенка- Аптека на кухне5. Ведение альбомов здоровья для детей6. Памятка для родителей: Здоровье начинается со стопы7. Спортивное соревнование «Веселые старты»8. Открытый просмотр занятия по ЗОЖ