**ПРОГРАММА ВАЛЕОЛОГИЧЕСОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ПРИОБЩЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ РОДИТЕЛЕЙ ВОСПИТАННИКОВ ДОУ**

**3 БЛОК**

**Общепрофилактический**

1.Наглядная агитация: *папки-передвижки*, *буклеты, памятки, консультации, газеты, фотовыставки.*

2. Обучение основным формам сохранения и укрепления собственного здоровья: *лекции, семинары, устные журналы, деловые игры, беседы, родительские собрания, консультации различных специалистов.*

3. «Школа заботливого родителя».

**1 БЛОК**

**Диагностический**

1. Диагностика состояния здоровья детей.

2. Диагностика двигательного и физического развития детей.

3.Анкетирование, опрос родителей.

4. Посещение семей, наблюдения.

Программа «Валеологического просвещения и приобщения к здоровому образу жизни родителей воспитанников

ДОУ»

**6 БЛОК**

**Перспективный**

1. Совместное обсуждение планов на бедующие: *родительские комитеты ДОУ, групп; общие и групповые родительские собрания.*

**5 БЛОК**

**Интегративный**

1. Совместное проведение мероприятий: *физкультурные праздники, развлечения, занятия, туристические походы.*

2. Совместное обсуждение проблем.

**4 БЛОК**

**Индивидуальный**

1. Индивидуальные беседы, консультации, тренинги.

2. Знакомство с опытом семейного воспитания.

**2 БЛОК**

**Ознакомительный**

1. Ознакомление родителей с картами здоровья, физического и двигательного развития.

2. Ознакомление родителей с содержанием и состоянием работы в ДОУ по сохранению и укреплению здоровья детей: *дни открытых дверей, индивидуальные посещения* родителями занятий и других мероприятий с детьми.

**ПЛАН-ПРОГРАММА ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ПРИОБЩЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ РОДИТЕЛЕЙ**

**ВОСПИТАННИКОВ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Направление**  **деятельности** | **Название мероприятия** | **Месяц** |
| **1.** | **Диагностическое** | 1. Диагностика состояния здоровья детей. | 2 раза в год |
| 2. Диагностика двигательного и физического развития детей. | 2 раза в год |
| 3. Анкетирование, опрос родителей. | 2 раза в год |
| 4. Посещение семей | 1 раз в год и по необходимости |
| 5. Наблюдения. | Постоянно |
| **2.** | **Ознакомительное** | 1. Ознакомление родителей с картами здоровья, физического и двигательного развития.  2. Ознакомление родителей с содержанием и состоянием работы в ДОУ по сохранению и укреплению здоровья детей: (дни открытых дверей, индивидуальные посещения).  3. Ознакомление с проведением лечебно-профилактических мероприятий. | 2 раза в год  В течение года  Ежемесячно |
| **3.** | **Общепрофилактическое** | **Обучение основам сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья детей** | |
| 1. Устный журнал:  «Здоровье и здоровый образ жизни». | Октябрь |
| 2. Лекция врача-гастроэнтеролога: «Организация правильного питания».  Выставка и дегустация овощных блюд. | Декабрь |
| **«Школа заинтересованного родителя»**  **«Консультационный пункт»** | |
| 1. Использование оздоровительных игр и упражнений для профилактики опорно-двигательного аппарата.  2. Использование дыхательных игр и упражнений, игрового массажа с детьми в домашних условиях.  Изготовление апельсинового ежика и чесночных бус для профилактики гриппа.  3. Нетрадиционные методы закаливания.  4. Физическая готовность детей к школе. | Ноябрь  Январь  Март  Апрель-май |
| **Наглядная агитация («Уголок здоровья»)** | |
| 1. Подвижные игры и упражнения, как средство двигательной активности детей. | Сентябрь |
| 2. Как вести здоровый образ жизни вместе с ребенком?  - Правила здорового образа жизни.  - Программа здоровья для всей семьи. | Октябрь |
| 3. Точечный и игровой массаж, как средство оздоровления. | Ноябрь |
| 4. Гигиена и этикет: Правила ухода за своим телом. Правила хорошего питания. Здоровые зубы без лекарств. | Декабрь |
| 5. Как уберечь ребенка от травм (профилактика детского травматизма и ДТТ). Памятка по правилам дорожного движения. | Январь |
| 6. Берегите зрение детей!  Пассивное курение. | Февраль |
| 7. Как предупредить весенний авитаминоз. | Март |
| 8. Берегите нервную систему детей! | Апрель |
| 9. Как организовать летний отдых. | Май |
| **4.** | **Индивидуальной работы** | **Индивидуальные консультации** | |
| 1. Физкультура в режиме дня. Распорядок дня. | Сентябрь |
| 2. Рекомендации по созданию спортивного уголка для детей. | Октябрь |
| 3. Развитие мелкой моторики рук, посредством использования пальчиковой гимнастики. | Ноябрь |
| 4. Почему ребенок не правильно дышит. Как научить ребенка правильно дышать. | Декабрь |
| 5. Зимние игры и развлечения. | Январь |
| 6. Упражнения для тренировки глазных мышц. | Февраль |
| 7. Профилактика плоскостопия. | Март |
| 8. Профилактика правильной осанки. | Апрель |
| 9. Каким видом спорта можно заниматься дошкольнику. | Май |
| **Индивидуальные беседы** | |
| Проблемы и перспективы формирования здоровья, физической подготовленности | В течение года |
| Что почитать ребенку о здоровом образе жизни? |
| Рекомендации родителям, дети которых часто болеют ОРЗ. |
| Рекомендации по организации активного отдыха всей семьей. |
| Рекомендации по закаливанию, профилактике осанки, плоскостопия, близорукости и т.д. (по необходимости). |
| Рекомендации по созданию физкультурного уголка в домашних условиях. |
| **5.** | **Интегративное** | **Совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия** | |
| Приглашаем на зарядку: «На зарядку становись!» | Сентябрь |
| Совместное физкультурное занятие с использованием нетрадиционных методов оздоровления. | Ноябрь |
| Физкультурное развлечение «Новогоднее шоу с Дедом Морозом». | Декабрь |
| Постройка снежной крепости, зимнего стадиона. | Декабрь |
| Развлечение на улице: «Зимушка – Зима!». | Январь |
| Фотовыставка «Наши достижения» | В течение года |
| Проведение совместного физкультурного занятия: «Наши папы смелые, ловкие, умелые». | Февраль |
| Физкультурное занятие с использованием нетрадиционного оборудования, для профилактики плоскостопия. | Март |
| Физкультурный праздник: «Семейные старты». | Апрель |
| Фотовыставка: «Мама, папа, я – спортивная семья». | Апрель |
| Туристический поход в сопки. | Май |
| **6.** | **Перспективное** | **Общие и групповые родительские собрания** | |
| 1. Общее родительское собрание: «Задачи обучения, воспитания и оздоровления ребенка в новом учебном году.  2. Групповое родительское собрание: «Роль семьи в оздоровлении детей». Обмен опытом семейного воспитания.  3. Групповое родительское собрание: «Формирование нравственного здоровья дошкольников в семье».  4. Общее родительское собрание: «Итоги работы за учебный год». | Сентябрь  Ноябрь  Февраль  Апрель-Май |