**План работы родительской гостинной «Заботимся о здоровье вместе»**

**Пояснительная записка**

**Актуальность**

«Здоровье и счастье наших детей во многом зависят от постановки физической культуры в детском саду и семье…»

Н.М. Амосов

Чтобы обеспечить здоровое развитие подрастающему поколению необходимо усилить внимание к занятиям физкультурой, проводить работу по здоровьесбережению в детском саду. Но для этого нужно, чтобы родители стали нашими помощниками в вопросах физического воспитания и оздоровлению детей.

С этой целью я организовала в детском саду клуб «Здоровая семья» по организации работы с родителями и детьми в вопросах физического развития и оздоровления детей.

**Цель**: привлечь родителей к воспитательно - образовательному процессу, активизировать участие родителей в различных мероприятиях, формировать знания родителей, позволяющие воспитывать у детей сознательное отношение к здоровому образу жизни; повышать роль семьи в физическом воспитании и развитии детей.

**Задачи:**

- обеспечить охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их физического развития и эмоционального благополучия;

- создать в семье условия для реализации потребности детей в двигательной активности;

- воспитывать у детей желание вести здоровый образ жизни;

- способствовать развитие творческой инициативы родителей;

- привлекать родителей к проблемам физического образования и оздоровления детей;

Авторская методическая разработка предназначена для родителей и детей старшего дошкольного возраста.

**Принципы и подходы.**

1. Принцип оздоровительной направленности.

Цель: укрепление здоровья детей.

2. Принцип доступности обучения.

Цель: средства, методы обучения, а так же формы организаций занятий

должны соответствовать возрастным особенностям детей.

3. Принцип систематичности обучения

Цель: занятия надо проводить регулярно, обучение осуществлять

последовательно.

**Планируемые результаты:**

1.Повысится интерес к физкультуре у детей, т.к. они знают, для чего им это надо, какую пользу они получают от этих занятий;

2. Сформируется положительное отношение у родителей

к физическим упражнениям, играм и закаливающим

процедурам, соблюдению режима дня в семье и детском саду;

3. Повысится активность участия родителей в жизни детского сада.

**Содержание работы родительской гостинной «Заботимся о здоровье вместе»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Деятельность детей | Деятельность родителей | Совместная деятельность детей и родителей |
| Сентябрь | Исследование «Выявление уровня представлений детей о здоровье»  Родительское собрание «Организация физкультурных занятий в детском саду и дома» | Рисунок «Здоровье и болезнь», беседа «Что мне нужно, чтобы быть здоровым?» | Анкета «Условия здорового образа жизни в семье»  Рекомендации об организации физкультурного уголка дома. | Тренинг «Давайте знакомиться»  Семейная стенгазета «Спорт глазами детей и родителей»  Практикум «Очумелые ручки» (изготовление спортивного инвентаря из подручных материалов) |
| Октябрь | Круглый стол «Что такое здоровье?»  Вопросы для обсуждения:  1.Что значит быть здоровым?  2.Как сохранить здоровье? | Интервью «Как ты укрепляешь своё здоровье?»  Закаливающие процедуры  ООД «Путешествие в страну здоровья» | Памятка «Закаляемся дома»  Фотовыставка «Растём здоровыми» | Мастер- класс «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»  Портфолио «Спортивные достижения семьи» |
| Ноябрь | Устный журнал «Здоровье и компьютер» | ООД « В гости к бабушке Здоровушке»  Игра- занятие «Глаза- помощники человека» | Презентация «Вред, который наносят курящие родители своим детям» Консультация «Зрительный режим в вечернее время и выходные дни» | Совместная игра « Что полезно, а что вредно для детского организма»  Практикум «Гимнастика для глаз» |
| Декабрь | «Зимние забавы» | Презентация «Зимние виды спорта», подвижные игры на улице, рисование зимнего вида спорта. | Рекомендации по приобретению лыж, коньков, санок. | Физкультурная команда «Вместе поиграем»;  Занятие- игра «Санки- народная зимняя забава» |
| Январь | «Бодрость с самого утра» | Ежедневное выполнение утренней гимнастики (Проведение зарядки со сверстниками) | Семинар «Утренняя гимнастика в детском саду»  Рекомендации «Комплексы утренней гимнастики дома» | «Зарядка всей семьёй» фотоотчёт |
| Февраль | «Правильная осанка- залог здоровья» | Коррекционная гимнастика | Консультация «Нарушение осанки. Советы родителям» | Практикум «Красивая осанка» для выполнения с детьми дома.  Семейная спортивная олимпиада «А ну-ка, мальчики!» |
| Март | «Спортивные игры и развлечения детей» | Кружок «Хочу быть здоровым» в течении года | Консультация «Главная игрушка в жизни ребёнка- мяч» | Семейная спортивная олимпиада «А ну-ка, девочки!»  Рекомендации «Приёмы работы с мячом в практической деятельности» |
| Апрель | «Плоскостопие, как его выявить» | Комплексы упражнений для профилактики и коррекции плоскостопия;  Самомассаж стоп.  Игра- занятие «Опора и двигатели нашего организма» | Презентация «Плоскостопие и его профилактика»  Буклет «Подбор обуви и оборудования для выполнения упражнений по коррекции плоскостопия дома.» | Мастер- класс «Упражнения для профилактики плоскостопия»  Творческая мастерская «Массажные коврики своими руками» |
| Май | «Быть в движении- значит быть здоровым!»  Итоговое родительское собрание «Эффективность физкультурно- оздоровительной работы» | Народные и подвижные игры | Стенд «Двигательные предпочтения детей»  Консультация «Организация летнего отдыха»  Итоговое анкетирование | Совместные игры «В паре с мамой»  День открытых дверей |