

Автор опыта:

Федянина Мария Николаевна,

инструктор по физической культуре МБДОУ детского сада №4

2021 год

Социальный проект

«Детско-Родительский клуб  
 «Веселые Неваляшки»,   
как средство эффективного приобщения детей и родителей к ЗОЖ»

ПАСПОРТ СОЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЕКТА

|  |  |
| --- | --- |
| Название проекта | Детско-Родительский клуб «Веселые Неваляшки»,  как средство эффективного приобщения детей и родителей к ЗОЖ» |
| Разработчики проекта | Инструктор по физической культуре Федянина Мария Николаевна |
| Название образовательного  учреждения | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 «Солнышко» муниципального образования Абинский район |
| Вид проекта | долгосрочный |
| Цель проекта | Приобщение детей к здоровому образу жизни через гармонизацию детско - родительских отношений. Создание инновационной системы сотрудничества и взаимодействия ДОУ и семьи, дающей новое качество образования, основу стратегического развития ДОУ, переход на личностное взаимодействие педагога и родителей в процессе воспитания ребенка |
| Задачи проекта | * Формирование целостного понимания здорового образа жизни. * Повышение уровня компетентности родителей в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни. * Создание положительной эмоциональной среды общения между детьми, родителями и педагогами * Создание условий для реализации собственных идей, способствующих к проявлению творческих способностей, полноценному общению (обмен мнениями, опыт семейного воспитания). |
| Гипотеза инновационного проекта | Если в ходе эксперимента будет разработана и реализована система образовательной деятельности с использованием новых форм работы с семьей по здоровьесбережению детей, то это позволит привлечь родителей (законных представителей) к активному участию в воспитательно-образовательном процессе, что будет способствовать укреплению связи между дошкольным учреждением и семьями воспитанников. |
| Продукт проектной деятельности | В результате проектной деятельности будут разработаны следующие методические продукты:   * программа детско – родительского клуба «Веселые Неваляшки»; * конспекты занятий; * картотеки; * консультации для родителей; * методические пособие «Современные формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста» |
| Участники проекта | Воспитанники старшей-подготовительной группы  • родители воспитанников  • воспитатели групп  •специалисты (физинструктор, музыкальный руководитель, медицинский работник). |
| Ожидаемые результаты | * Отсутствие формализма в организации работы с семьей. * Динамика уровня компетентности педагогов и родителей (законных представителей) по вопросам взаимодействия и воспитания детей. * Увеличение охвата родителей разнообразными формами сотрудничества. * Учет социального запроса (интересов, нужд, потребностей) родителей (законных представителей) в планировании работы ДОУ. * Выявление, обобщение, распространение передового педагогического опыта взаимодействия с семьей, передового опыта семейного воспитания. * Осознание родителями доминирующей роли семейного воспитания и роли дошкольного учреждения как “ помощника” семьи в воспитании детей. |
| Сроки реализации | Сентябрь 2021 года – май 2023 года |
| Этапы реализации | 1. Сентябрь 2021 г.- декабрь 2021 г.– организационный (поисковый) этап 2. Январь 2022 г.- апрель 2023 г. – практический этап 3. май 2023 г. – обобщающий этап |

# Введение

# В современной дошкольной педагогике в условиях модернизации системы Российского образования одним из приоритетных направлений развития детских садов является создание условий для физического развития и укрепления здоровья дошкольников. Целью физического воспитания является формирование у детей двигательных умений, навыков, физических качеств, элементов здорового образа жизни.

# Известно, что здоровье формируется под воздействием целого комплекса факторов. К наиболее значимым внешним факторам, определяющим развитие ребенка, относится семейное воспитание.

# Эффективность физического воспитания дошкольников целиком зависит от систематической и целенаправленной воспитательно-образовательной работы с детьми, в условиях ДОУ и семьи, учитывающей возрастные особенности их развития. В этой связи не только просвещение, но и образование родителей становится сегодня значимым для семьи, которая сталкивается с проблемой воспитания детей в меняющемся современном мире. Анализ практики показывает, что в настоящее время наблюдается недостаточное физическое развитие детей при поступлении в детский сад. При этом дети часто испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений проводимых ими в течение дня ниже возрастной нормы, задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушение осанки. И одной из основных причин таких показателей является неосведомленность родителей в вопросах дошкольной педагогики, в частности, физического воспитания детей.

# В связи с этим возникла необходимость по более тесному сотрудничеству ДОУ и родителями по вопросу физического развития и укрепления здоровья детей, поэтому был разработан проект Семейного клуба.

# В данном описании проекта представлена система работы по установлению взаимоотношений ДОУ и родителей, воспитателей, специалистов, которые являются залогом развития здорового ребенка.

# Новизна проекта.

# Детско-родительский клуб – оптимальная на сегодняшний день неформальная форма сотрудничества дошкольного учреждения с семьей и воспитанниками, так как это дополнительный компонент воспитательного процесса, где родители (законные представители), дети и педагоги ДОУ могут получить знания и развить свои умения, чтобы в дальнейшем обеспечить малышу эмоциональный комфорт, интересную содержательную жизнь в детском саду и дома.

# Я считаю, что в настоящее время актуальной проблемой является взаимодействие педагогов дошкольного учреждения с родителями. Как показывает практика, родители часто испытывают определенные трудности, чтобы грамотно воспитать ребёнка в современных условиях, необходимо единство воспитательных воздействий на него со стороны всех взрослых, учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Резко ограничилось общение семей с социумом, окружающим миром, природой, что негативно сказывается на познавательно-речевом развитии, двигательной деятельности ребенка. Взрослые, в гонке за финансовым благосостоянием, за реализацией своих амбиций и интересов уделяют не достаточно внимания детям, в результате им не хватает общения с родителями. которое проявляется в совместном участии в различных мероприятиях, играх. Важнейшим профилактическим направлением работы нашего детского сада является формирование здорового образа жизни, а система образования остается пока единственным доступным каналом, через который можно воздействовать не только на каждого ребёнка, но и на его окружение. Здоровье детей – это та цель, где сходятся интересы семьи и детского сада. Общность интересов в том, чтобы вырастить здоровую смену, жить в здоровой стране.

# Таким образом, считаю, что наиболее актуальной формой сотрудничества педагогов, родителей и детей в настоящее время является детско-родительский клуб, который объединяет интересы всех сторон в общем движении к возрождению семейных традиций и формирования здорового образа жизни. Лучший способ убеждения и поддержки – позитивный и живой опыт других. Его можно найти в общении с единомышленниками. Знать – не значит действовать. Основа клуба – добровольное объединение его членов. Учитывая особенности конкретной группы родителей и детей и их интересов, все организуемые разнообразные интерактивные формы сотрудничества с родителями в ходе реализации проекта, направлены на: возрождение традиций семейного воспитания, повышение педагогической культуры родителей: сообщение им знаний, формировке педагогических умений, навыков, изучение и обобщение лучшего опыта семейного воспитания, приобщение родителей к участию в жизни группы и детского сада.

Таким образом, для углубления и расширения взаимодействия с семьями воспитанников, для изменения ее содержания необходимо более широкое применение нетрадиционных методов взаимодействия. По мнению специалистов, деятельность, общение педагогов и родителей должно базироваться на принципах открытости, взаимопонимания и доверия.

# Актуальность темы:

Эту тему, я выбрала не случайно, т.к. данный вопрос считаю очень важным. Влияние родителей на развитие ребенка очень велико. Дети, растущие в атмосфере любви и понимания, имеют меньше проблем, связанных со здоровьем, общением со сверстниками, и наоборот, как правило, нарушение детско-родительских отношений ведет к формированию различных психических проблем и комплексов. Проблема взаимодействия детского сада с семьей всегда была актуальной, а в настоящее время она приобрела особый смысл, в связи с падением рождаемости и изменением структуры семьи. Анализ состояния современных семей показал, что состав семьи не превышает четырех человек. Большинство российских семей воспитывает одного ребенка, а остальные родственники проживают чаще отдельно от молодой семьи. В таких семейных условиях дети не могут приобрести достаточный социальный опыт, научиться общению, умению уступать, уважать интересы других людей. У молодых семей, несмотря на широкую пропаганду дошкольного образования, нет достаточного представления о проживании ребенка в детском саду, об имеющихся там условиях воспитания и обучения. Роль семейного фактора на наш взгляд вызывает наибольший интерес. Это и определило актуальность создания детско-родительского клуба на базе группы дошкольных групп нашего детского сада. Хорошо налаженное и организованное взаимодействие ДОУ и семьи даёт возможность осознать родителям необходимость приобретения новых знаний для формирования и развития здоровой и полноценной личности.

## Цель, задачи, сроки реализации Паспорт проекта.

Вид проекта: социально-значимый, открытый.

Участники проекта: сотрудники ДОУ, воспитанники старшей - подготовительной группы и их родители

Продолжительность: долгосрочный Сроки реализации: 3 года

Этапы реализации проекта:

* 1 этап – Подготовительный.
* 2 этап – Основной.
* 3 этап – Обобщающий.

**Цель:** Приобщение детей к здоровому образу жизни через гармонизацию детско - родительских отношений. Создание инновационной системы сотрудничества и взаимодействия ДОУ и семьи, дающей новое качество образования, основу стратегического развития ДОУ, переход на личностное взаимодействие педагога и родителей в процессе воспитания ребенка, создание инновационной системы сотрудничества и взаимодействия ДОУ и семьи, дающей новое качество образования, основу стратегического развития ОУ, переход на личностное взаимодействие педагога и родителей в процессе воспитания ребенка.

**Задачи:**

* создание условий для обеспечения устойчивого положения в целевом сегменте рынка образовательных услуг;
* использование разнообразных, нетрадиционных, продуктивных форм работы с родителями, повышающих уровень знаний и стимулирующих образовательную инициативу родителей;
* изучение социального статуса, особенностей семьи, запросов родителей, анализ и проектирование работы посредством внедрения и активного использования маркетингового подхода;

-проектирование и поэтапное внедрение инновационных форм в практику работы с семьей;

* пропагандирование опыта работы педагогов в массовой практике. Родительский клуб строится на принципах:
  + Принцип открытости и доверия – предоставление каждому родителю возможности знать и видеть, как развиваются и живут дети в детском саду;
  + Взаимодействие – согласованное установление взаимосвязи семьи и детского сада таким образом, чтобы действия одного партнера обязательно сопровождались соответствующими действиями другого.
  + Развитие и сотрудничество, т.е. включение родителей в развивающее

педагогическое пространство как равноправных субъектов (наряду с воспитателями и специалистами как субъектами саморазвития и профессионального самосовершенства).

* + Комплексность – установление внутреннего единства, гармонии всех форм взаимодействия работы с родителями.
  + Принцип воздействия на семью через ребенка – если жизнь в группе

эмоционально насыщена, комфортна, содержательна, то ребенок обязательно поделится впечатлениями с родителями

Таким образом, основными направлениями в работе с родителями являются:

* + Сохранение психологического здоровья детей и родителей,

гармонизация межличностных внутрисемейных отношений, основанных на взаимопонимании, поддержке и уважении друг друга.

А именно:

* + развивать взаимопонимание взрослых и детей, используя вербальные и невербальные средства общения ( мимику, жесты, речь и т.д)
  + развивать интерес родителей к играм детей, получение положительных

эмоций от совместно выполненной деятельности;

* + развивать творческие способности и воображение взрослых и детей в процессе игрового общения.

# Формы работы с родителями:

Вариативные:

* + подгрупповые мероприятия для дифференцированных групп родителей в соответствии с запросами;
  + индивидуальная работа с родителями и их детьми по выявлению, профилактике и коррекции различных отклонений;
  + совместные детско-родительские встречи в различных формах:

занятия, игровые упражнения, досуговые и спортивные мероприятия.

Инвариантные:

* + групповые мероприятия для всех родителей: семинары, деловые игры, викторины, тренинги, консультации.

# Предполагаемый результат реализации проекта:

* отсутствие формализма в организации работы с семьей;
* увеличение охвата родителей разнообразными формами сотрудничества;
* учет социального запроса (интересов, нужд, потребностей) родителей в планировании работы учреждения;
* выявление, обобщение, распространение передового педагогического опыта взаимодействия с семьей, передового опыта семейного воспитания;
* осознание коллективом и родителями доминирующей роли семейного воспитания и роли дошкольного учреждения как “ помощника” семьи в воспитании детей.

# Проект реализуется в три этапа:

1. **Подготовительный этап** (сентябрь – декабрь 2021) предусматривает следующие виды деятельности: выявить уровень осведомленности взрослых в вопросах оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду:

* разработка положения о клубе
* составление перспективного плана мероприятий, подготовка к проведению мероприятий

1. **Основной этап - практический** (январь 2021 года – апрель 2023 года).

разработка комплексных мероприятий, обеспечивающих реализацию проекта январь 2022 год – апрель 2023 год. Практический интерес представляет нетрадиционная модель построения взаимодействия ДОУ и семьи, основанная на интеграции разных видов деятельности и активном

взаимодействии всех участников образовательного процесса.

Наш девиз: «Здоровью детей – высокий старт!»

Целью работы клуба является создание единого оздоровительно- образовательного пространства «детский сад – семья», объединение усилий педагогов и родителей в оздоровлении дошкольников. Основная задача всей проводимой работы — пробудить у родителей интерес к деятельности ДОУ, убедить их в необходимости найти возможность для занятий физической культурой с ребенком и создать все необходимые условия для того, чтобы он рос физически здоровым, крепким. Совместные физкультурная деятельность родителей с детьми является актуальной и эффективной формой работы. Это как раз тот момент, когда ребенок и родитель могут вместе общаться, сотрудничать. Родителям предоставляется возможность понаблюдать за своим ребенком, что позволяет оценить его навыки, результат своего воспитания. По итогам анкетирования родители отдали приоритет использованию фитнес-технологий. Доступность программы «Фитбол- аэробики» для детского сада делает ее наиболее востребованной для детей и родителей. Детский фитнес вместе с родителями – это спортивные занятия. Которые помогают освоить свое тело, научить координировать свои действия, получать радость от движения влияют и на характер детей: они становятся раскрепощенными, общительными, более восприимчивыми к информации в различных сферах деятельности. Еще одним немаловажным моментом является и тот факт, что в отличие от профессионального спорта и от спортивной аэробики в том числе, в фитнес-аэробике нет рискованных и травмоопасных элементов. Очень продуктивны упражнения в паре, где родители учатся взаимодействовать с ребенком. Ведь многие взрослые забывают, как можно играть, фантазировать и просто веселиться. Именно это мы и делаем все вместе на наших встречах. И надо видеть, как счастливы дети, что их мамы играют с ними, ведь дома им почти всегда “некогда”. Еще одно полезное свойство совместных занятий: на таких встречах, очень хорошо просматриваются взаимоотношения в семье. Такие занятия очень показательны, тут вы увидите все то, о чем родители на консультации вам не расскажут. На этих встречах зачастую меняется и поведение детей, и поведение родителей.

На основании проведенного анкетирования родителей был разработан план работы клуба. *За основу взята программа Е.Г.Сайкиной и Ж.Е.Фирилевой «Танцы на мячах». Изучив данную программу, имеющиеся наработки материала в ДОУ* были подобраны комплексы упражнений предназначенные для детей младшего дошкольного возраста совместно с родителями.

Фитбол - гимнастика – это занятия на больших упругих мячах.

Её основная цель - развивать физические качества и укреплять здоровье детей.

В рамках реализации поставленных задач с родителями и детьми организуются практические занятия, на которых они приобретают теоретические и практические знания.

Анализ работы клуба, что подтверждено результатами анкетирования, показал повышение активности родителей посещением физкультурно- оздоровительных мероприятий детского сада и города.

1. **Заключительный этап** (май 2023 год) устанавливаются партнерские отношения между инструктором по ФК, педагогами и родителями с целью организации различных мероприятий посредством физической культуры. Опыт проведения занятий в клубе показывает: родители с удовольствием принимают в них участие, получают радость от выполняемых упражнений в паре с ребенком. На занятиях совместно с родителями реализуются задачи пропаганды здорового образа жизни, расширения кругозора родителей в области физического воспитания. Родительский клуб – это перспективная форма работы с родителями, учитывающая актуальные потребности семьи, способствующая формированию активной жизненной позиции, укрепления института семьи.

Главной своей задачей по сохранению здоровья воспитанников, и развития физических качеств, считаю организацию работы по физическому развитию детей с вовлечением в него большего количества семей. Новизна проекта заключается в том, что любой педагог или дошкольное учреждение может взять на вооружение эту форму работы с родителями, исходя из своих возможностей и условий, построить здоровьесберегающее пространство для своих воспитанников в содружестве с семьей.

# План реализации инновационного проекта:

* 1. Подготовительный - сентябрь – декабрь 2021 год
  2. Основной - январь 2022 – апрель 2023 года
  3. Заключительный – обобщающий - май 2023 года

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **этапы** | **задачи** | **Место и форма реализации задач** |
| 1 –этап  –  подгото вительн ый | 1. Изучить нормативную базу. ***Обзор*** новинок методической литературы, передового педагогического опыта в области дошкольной педагогики, физической культуры и спорта. 2. Разработать план мероприятий на 2 основной этап. 3. Мониторинг качества освоения программы 4. Создать комфортные и безопасные условия для занятий в клубе:    * Разработка Положения о работе детско – родительского клуба   «Веселые неваляшки»   * + Провести серию консультаций   «Фитбол гимнастика для  детей ДОУ» | 1. Семинар «Создание инновационной здоровьесберегающей среды». 2. Изучение статей по организации в ДОУ здоровьсберегающей среды в журналах Дошкольное воспитание, Обруч, газете Дошкольное образование. 3. Анкетирование родителей 4. Педчас:   «Нетрадиционные методы закаливания дошкольников в практике работы ДОУ». «Оптимизации двигательной активности дошкольников на прогулке». Утверждение плана мероприятий на 2 основной этап.   1. Акция: Комфортные условия для совместной деятельности педагога,   родителей и детей.  *6.«Педагогическая копилка»* по обмену опытом «Использование активных форм работы с родителями по формированию здорового образа жизни» |
| 2 этап- основно й | 1. Подготовить отчёт о реализации 1 подготовительного этапа. 2. Реализовать проект «Фитбол – гимнастика для дошкольников». 3. Сотрудничество с родителями 4. Пополнить методическую копилку новыми конспектами, разработками, сценариями. 5. Анкетирование родителей. | 1. Заседание детско-родительского клуба. 2. Семинар с элементами тренинга «Как стать хорошими родителями?» Практические занятия «Фитбол гимнастика для родителей и детей». 3. Педсовет: Инновационный подход к созданию здоровьсберегающей среды. 4.Обобщение опыта работы инструктора по физической культуре Федяниной М.Н. «Детско-Родительский клуб «Веселые Неваляшки», как средство эффективного приобщения детей и родителей к ЗОЖ» 4. Представление опыта работы на районный фестиваль-конкурс молодых учителей и их наставников «Педагогический дебют». 5. *Семинар-практикум* «Гендерный подход в организации двигательной деятельности дошкольников» *7.Круглый стол* «Детский сад и семья – единое здоровьесберегающее пространство» 6. Мастер-класс для родителей «Ум на кончиках пальцев: развитие мелкой моторики». 7. Мастер – класс для воспитателей детского сада «Организация работы на тропе здоровья» 8. Выставка детских рисунков   «Здоровая семья»   1. Итоговое заседание творческой группы «Эффективность реализации проекта (плюсы, минусы, перспективы дальнейшей работы)» |
| 3 этап- заключи тельный | 1. Провести с детьми праздники и развлечения. 2. Информировать о реализации Проекта родительскую общественность через СМИ, сайт детского сада. 3. Провести диагностику уровня физического развитию детей. 4.Провести сравнительный анализ   реализации инновационного Проекта. | 1. Развлечение «Вот как мы танцуем на фитболе». 2. Статья в местные СМИ, газету ДОУ   «Здоровячок».   1. Информация для родителей в родительские уголки 2. Итоговый педсовет: Наши результаты. |
| **Ожидаемые результаты**. | | |
| **1 этап- подготовительный**. | | |

|  |
| --- |
| * Педагогический коллектив ознакомился с нормативной базой * определил задачи для реализации проекта и мероприятий с детьми * определил форму работы с родителями * подготовил материальную базу. |
| - **2 этап- основной**.  Данный проект позволит внести разнообразие форм в оздоровительную работу с дошкольниками, родителями, педагогами посредством занятий в детско-родительском клубе «Веселые Неваляшки» с использованием фитбол – гимнастики, которая формирует двигательную сферу ребенка, развивает физические качества и является эффективным методом оздоровления. Эффективность проекта можно будет проследить в промежуточных диагностических картах наблюдения и презентации проекта в электронном виде, основанном на фотоматериалах. |
| **3 этап- заключительный.**  повышение уровня педагогической и правовой компетентности родителей,   * рост родительской активности, * установление тесного контакта с каждой семьей, * согласование воспитательного воздействия на ребенка, * обобщение положительного опыта семейного воспитания. |

# Соответствие содержания Проекта заявленной теме.

Содержание проекта соответствует заявленной теме. Данный проект показывает разнообразие форм и методов в оздоровительной работе с дошкольниками, родителями (законными представителями), педагогами посредством занятий в детско-родительском клубе «Веселые Неваляшки» с использованием фитбол – гимнастики, которая формирует двигательную сферу ребенка, развивает физические качества и является эффективным методом оздоровления. Таким образом, содержание Проекта полностью соответствует выбранной теме. Эффективность проекта можно будет проследить в промежуточных диагностических картах наблюдения и презентации проекта в электронном виде, основанном на фотоматериалах.

**Практическая значимость для участников образовательного проекта** состоит в определении результатов позволяющих повысить эффективность работы ДОУ по построению зоны ближайшего развития каждого участника, участие в совместных мероприятиях и жизни детского сада, психолого – педагогическое просвещение родителей, изучение семьи и установление контакта. Таким образом, установление доверительных отношений с родителями плавно ведет к совместному исследованию и формированию гармонически развитой личности ребенка. В данном процессе немаловажную роль играет профессиональная компетентность педагогов ДОУ, что

подразумевает под собой не только совокупность знаний и опыта, но и личностные качества.

И в заключение хочется отметить, что развитие личности детей и родителей, происходит в деятельности, в процессе общения и накопления опыта. Внедрение проекта будет проходить через: метод презентаций (презентация проекта на педагогическом совете, общем родительском собрании), участие в конкурсах на уровне ДОУ, района, фотовыставки, информация в СМИ, открытые просмотры мероприятий по физическому развитию. Главным результатом реализации проекта удовлетворение запросов родителей, развитие родительских отношений, общение в триаде

«педагог – родитель – ребенок». Детско - родительский клуб «Веселые Неваляшки» повышает компетентность родителей в воспитании детей. Формирует позитивные отношения с ребёнком.

***Приложение №1***



Автор опыта:

Федянина Мария Николаевна,

инструктор по физической культуре МБДОУ детского сада №4

г. Абинск

2018 г.

Пояснительная записка

* В законе РФ «Об образовании» ст. 18 п. 1 определяется, что родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в детском возрасте. Внедрение федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования позволяет организовать совместную деятельность детского сада и семьи и более эффективно использовать как традиционные, так и нетрадиционные формы работы. ФГОС ДО закрепляет принцип личностно – развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников образовательной организации) и детей (п. 1. 2.). Одним из принципов дошкольного образования является сотрудничество образовательной организации с семей.
* Таким образом, признание государством приоритета семейного воспитания, требует иных взаимоотношений и образовательного учреждения, а именно сотрудничества, взаимодействия и доверительности.
* Задачи приобщения детей к здоровому образу жизни актуальна, своевременна и достаточно сложна. Все начинается с семьи. Первое слово, первый шаг, полезные и вредные привычки ребенок увидит впервые в семье, среди людей, которые любят его не за что-то, а за то, что он просто есть, такой красивый, смышленый, с хорошим аппетитом, и не всегда с хорошим здоровьем. Вряд ли найдутся такие родители, которых не интересует здоровье своего ребенка. В современном мире многие родители с точностью назовут заболевание (если ребенок болеет), препараты, которыми лечат, название клиники, в которой ребенок проходил консультацию.
* Одной из распространенных и действенных форм взаимодействия с родителями является работа в детско - родительских клубах. Участие родителей в работе клуба поможет сплотить родительский коллектив и настроить их на дальнейшее сотрудничество, как с педагогами дошкольного учреждения, так и с педагогами школы.
* **Цель:** Приобщение детей к здоровому образу жизни через гармонизацию детско - родительских отношений.

**Задачи:**

* Формирование целостного понимания здорового образа жизни.
* Повышение уровня компетентности родителей в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни.
* Создание положительной эмоциональной среды общения между детьми, родителями и педагогами
* Создание условий для реализации собственных идей, способствующих к проявлению творческих способностей, полноценному общению (обмен мнениями, опыт семейного воспитания).

**Принцип реализации программы**

* В каждом направлении выделены две части:

1. **Обучающий компонент** — это первоначальные сведения о здоровом образе жизни.
2. **Воспитывающий компонент** — понимание значения ведения здорового образа жизни, оценка своей деятельности в этом направлении и бережное отношение к себе и своему здоровью. Для реализации программы не требуется дополнительных часов, они входят в раздел «Познавательное развитие» и

* «Физическое развитие и здоровье», воспитательные мероприятия при совместной деятельности педагогов, родителей и детей.

**Принципы взаимодействия с семьей:**

* **Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия** — принцип без которого все попытка наладить отношения с родителями оказываются безуспешными. Понимать и доверять друг другу значит направить совместные действия на формирование у ребенка потребности в здоровом образе жизни.
* **Принцип «Активного слушателя»** - это умения педагогов «возвращать» в беседе родителям то, что они вам поведали, при этом обозначив их чувства.
* **Принцип согласованности действий**. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы педагогами и родителями между собой, в противной ситуации ребенку невозможно усвоить правила здорового образа жизни.
* **Принцип самовоспитания и самообучения**. Ребенок чувствует как никто другой обман со стороны взрослого. Потерять доверие со стороны ребенка очень легко, завоевать трудно и почти невозможно, если его постоянно обманывают: «Говорят не кури, а сами курят». Педагоги и родители должны признать свои вредные привычки и постараться от них избавиться.
* **Принцип ненавязчивости**. Благодаря этому принципу педагоги и родители могут себя чувствовать партнерами в формировании у дошкольников привычки к здорового образу жизни.
* **Принцип жизненного опыта**. Делиться своим опытом и выслушивать опыт родителей, в совместных действиях он пригодится.
* **Принцип безусловного принятия.** Принимать ребенка — значит любить его не за что, что он красивый, умный, способный, отличник и т.д., а просто так, за то, что он есть!

**Этапы работы с семьей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Этапы** | **Задачи** |
| **1** | **2** | **3** |
| **1.** | **Подготовительный (ознакомительный)** | Заинтересовать родителей включиться в учебно- воспитательный процесс по формированию привычки к здоровому образу жизни, воспитанию культуры здоровья, узнать как можно больше о ДОУ, которые посещает их ребенок.  Побудить у родителей желание стать активным  участником в оздоровлении своего ребенка. |
| **2.** | **Информационно- аналитический** | Совершенствование содержания и образования в детском саду в соответствии с реализуемой программой развития «Формирование привычки к здоровому образу жизни в совместной деятельности с семьей»:   * открытие детско – родительского клуба «Веселые Неваляшки»; * ознакомление родителей с работой ДОУ, особенности воспитания детей; * ознакомление родителей с возрастными психологическими особенностями детей; * подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; * распространение лучшего опыта семейного воспитания; * подбор литературы по ЗОЖ в библиотеке. |
| **3.** | **Коллективный (совместная**  **деятельность)** | Проведение совместных теоретических заседаний детско – родительского клуба с целью формирования у родителей знаний по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;   * проведение совместных практических заседаний детско – родительского клуба с целью; * формирования практических навыков по вопросам сохранения и укрепления здоровья и воспитания детей; * проведение совместных семейных праздников, акций, с целью приобщения детей и родителей к здоровому образу жизни; * «День открытых дверей» просмотр оздоровительных мероприятий проводимых в детском саду; |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | * организация конкурсов рисунков «Мы за здоровый образ жизни!». * изготовление фотогазет «Здоровье детей – забота общего!», «Три шага к здоровью», «Мои спортивные достижения», «Мой спортивный уголок» * участие в разработке и реализации проектов, презентации результатов. * физкультурные праздники, развлечения, досуги; * участие в различных конкурсах и викторинах на тематику «ЗОЖ». |

**Содержание программы.**

* Чтобы родители смогли увидеть, как правильно приобщать ребёнка к здоровому образу жизни, проводятся совместные детско-родительские заседания.
* Повестка дня заседаний клуба включает в себя теоретическую и практическую части. Общая продолжительность заседания с детьми младшего возраста составляет 20 – 25 минут, старшего дошкольного возраста составляет 30- 45 минут.
* На заседаниях коллеги сообщают родителям о разнообразных фактах из жизни детей в детском саду, о состоянии каждого ребенка (его самочувствии, настроении), о развитии детско-взрослых (в том числе детско-родительских) отношений.
* Такое информирование происходит при непосредственном общении: в ходе бесед, консультаций, на заседаниях, а также при получении информации из различных информационных источников: стендов, разнообразных буклетов, памяток.

Целью первых заседаний является разностороннее знакомство педагогов с семьями и семей воспитанников между собой, знакомство семей с педагогами. Заседания проводятся 1 раз в квартал в течение года, решая на каждой встрече свои задачи.

**Содержание заседания:**

**Подготовительная часть.**

* Для снятия барьеров общения мы используем методы, вызывающие у родителей позитивные эмоции, ориентированные на развитие доверительных отношений с педагогами «Кружочек - дружочек», «Ассоциативный ряд», «Язык фотографий» и др.

**Основная часть (теоретическая)**

* В теоретической части заседания мы используем новую форму организации информационного пространства – медиатеку. С помощью презентаций, записанных на компакт – диски, Такие как «Советы родителям от Гантелькина, «Советы Неболейкина» помогут родителям в овладении знаниями об укреплении и сохранении здоровья ребенка. В данных презентациях родителям даны рекомендации о профилактике осанки и плоскостопия у детей. С помощью этих и других знаний родители научатся формировать у детей заботу о своём здоровье. Узнают, как укрепить иммунитет ребёнка, закаливать организм и в целом сохранить ребёнку здоровье.
* Через сборник презентаций «Двигательные игры для дома» и «Движение – Здоровье» родители знакомятся с физическими упражнениями для детей, узнают как укрепить здоровье ребёнка через физкультуру и спорт. В данных сборниках они находят занимательные двигательные игры способствующие физическому развитию ребёнка. Двигательно-оздоровительные игры укрепят здоровье ребёнка и украсят совместный семейный досуг.

**Основная часть (практическая)**

* Затем, во второй, практической части к участию подключаются дети. Практические части заседания вытекали из темы теоретического заседания. Например, если в первой части мы беседовали о пользе физкультуры и спорта, то соответственно в практической части проходил совместный игровой тренинг.
* В рамках тренинга мы предлагаем родителям совместно с детьми освоить двигательно-оздоровительные моменты, в частности - физкультминутки с включением дыхательной и звуковой гимнастики, упражнения на развитие мелких мышц руки, лица (мимики), а также упражнения для коррекции осанки на фитболах, профилактики плоскостопия. Затем, отдыхая от физкультуры, мы решаем познавательные задачи: деловая игра – «Солнце здорового образа жизни»,
* «Прочитай и объясни пословицу о здоровье», «Верю – не верю».

**Заключительная часть**

* В заключительной части заседания клуба, мы подводим итоги заседания: распространяем среди родителей буклеты, памятки, компакт–диски с комплексами физических упражнений, рекомендациями в электронном виде с целью использования в домашних условиях. Также, в торжественной обстановке мы награждаем победителей в различных конкурсах, спортивных соревнованиях.

**Перспективный план работы детско-родительского клуба «Веселые неваляшки» на 2021 – 2022 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Мероприятия** | **Ответственные** |
| октябрь | - Знакомство с Положением о работе детско-родительского клуба «Веселые неваляшки»  - Консультация «Фитбол гимнастика для детей ДОУ»  - Практическое занятие «Фитбол гимнастика для родителей и детей» | Старший воспитатель Шевченко Г.А.  Инструктор по физической культуре Федянина М.Н. |
| декабрь | Консультация «Синдром дефицита внимания. Гиперактивность».  - Практическое занятие «Фитбол гимнастика для родителей и детей» | Старший воспитатель Шевченко Г.А.  Инструктор по физической культуре Федянина М.Н.  Воспитатель Карпенко Т.В. |
| февраль | Семинар с элементами тренинга «Как стать хорошими родителями?»  - Практическое занятие «Фитбол гимнастика для родителей и детей» | Старший воспитатель  Инструктор по физической культуре Федянина М.Н.  Воспитатель Тамасян И.В. |
| Апрель | Семинар «Детские провокации, или как устанавливать запреты».  Викторина «О здоровье и спорте всерьез и не очень…»  - Практическое занятие «Фитбол гимнастика для родителей и детей» | Старший воспитатель  Инструктор по физической культуре Федянина М.Н.  Воспитатель Лучнина В.В |
| Май | Семинар с элементами игры «Ум на кончиках пальцев: развитие мелкой моторики».  Консультация «Подвижные игры для детей в летний период»  - Практическое занятие «Фитбол гимнастика для родителей и детей» | Старший воспитатель  Инструктор по физической культуре Федянина М.Н.  Воспитатель Лучнина В.В. |

**Ожидаемые результаты:**

1. Повышение педагогической компетентности родителей в приобщении детей к здоровому образу жизни и воспитании культуры здоровья.
2. Систематизация знаний родителей в вопросах здоровьесбережения.
3. Сохранение и укрепление здоровья детей

**Форма подведения итогов:**

* диагностика детей по формированию привычки здорового образа жизни;
* анкетирование родителей в начале учебного года и в конце.

**Критерии отслеживания результативности освоения программы:**

В начале года проведем анкетирование для того, чтобы больше узнать о ребёнке, о его физическом воспитании в семье, узнать уровень педагогической подготовленности в вопросах здравоохранения детей, наметить план работы с родителями и детьми. Для определения эффективности работы, результатов по совместной деятельности детей и взрослых использую также анкетирование взрослых и детей в конце года *(приложение 1)*

**Заключение.**

Программа детско-родительского клуба «Веселые Неваляшки» - это путь к сохранению и укреплению здоровья ребенка, совершенствованию взаимодействия с семьями воспитанников, помощь в развитии детской инициативы и приобщении к семейным традициям, расширении возможности реализации индивидуально- дифференцированного подхода к ребенку и успешной дальнейшей адаптации ребенка при переходе к обучению в школе.

* Благодаря деловому сотрудничеству с родителями педагогам успешно удается заинтересовать и активизировать родителей в желании помочь своим детям в приобщении к ЗОЖ.
* Участвуя в совместных мероприятиях, взрослые получают возможность видеть, как ребенок ведет себя в коллективе сверстников, какова его физическая подготовка, какую радость и пользу приносят ему игры и оздоровительные упражнения. Видя, как родители играют роли, соревнуются, дети испытывают огромную радость в совместных досугах.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**О ДЕТСКО - РОДИТЕЛЬСКОМ КЛУБЕ «Веселые Неваляшки»**

**1. Общие положения.**

1.1. Детско - родительский клуб «Веселые неваляшки» создан с целью установления сотрудничества ДОУ и семьи, формирования привычки к здоровому образу жизни у ребенка.

1.2. Клуб осуществляет свою деятельность в соответствии с нормативно- правовыми актами в сфере образования, Уставом ДОУ, настоящим Положением.

1.3. Участниками детско – родительского клуба являются родители, дети, инструктор по физической культуре, воспитатели, медсестра, специалисты ДОУ.

1.4. Детско - родительский клуб «Веселые Неваляшки» является дополнительным компонентом воспитательного процесса, где родители и педагоги детского сада могут получить знания в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни, воспитанию культуры здоровья, чтобы в дальнейшем объединить свои усилия и обеспечить ребенку интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома.

1.5.Основными принципами работы клуба являются добровольность, компетентность, соблюдение педагогической этики.

1.6.Положение о клубе обсуждается на Совете педагогов и утверждается приказом заведующего ДОУ.

**2. Цели и задачи Клуба**

2.1. Приобщение детей к здоровому образу жизни через гармонизацию детско-родительских отношений.

2.2. Повышение уровня компетентности родителей в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни.

2.3. Формирование целостного понимания здорового образа жизни.

2.4. Созданию положительной эмоциональной среды общения между детьми, родителями и педагогами.

2.5. Создание условий для реализации собственных идей, способствующих к проявлению творческих способностей, полноценному общению (обмен мнениями, опыт семейного воспитания).

**3. Основные направления деятельности клуба**

2.1.Оказание медико- психолого -педагогической помощи родителям детей.

2.2. Пропаганда положительного опыта семейного воспитания здорового

образа жизни.

2.3. Повышение педагогических знаний родителей детей.

2.4. Популяризация деятельности ДОУ.

2.5. Профилактика заболеваний, оздоровление детского организма.

**3. Организация деятельности клуба**

3.1.Работа детско – родительского клуба «Веселые Неваляшки» осуществляется на базе ДОУ.

3.2.Клуб посещают все родители, которые желают стать активным участником в оздоровлении своего ребенка.

З.3. Родители — участники клуба могут посещать разные мини-клубы в зависимости от их потребности в занятиях.

3.4. Планирование работы проводится по результатам опроса родителей (законных представителей). План утверждается на первом заседании клуба.

3.5. На итоговом заседании обсуждаются результаты и эффективность детско – родительского клуба.

3.6. Формы организации работы:

* Познавательные

- практикумы;

- решение педагогических ситуаций;

- интегрированные совместные занятия;

- обмен спортивным опытом;

- обсуждение опыта семейного воспитания;

-участие родителей в подготовке к выставкам.

* Наглядно-информационные

- видео просмотры материалов по организации жизни детей в ДОУ

- медиатека;

- выпуск газет;

- книжки – малышки;

- памятки.

* Досуговые

- совместные мероприятия;

- обмен спортивным опытом.

**4.Права и обязанности участников клуба**

4.1.Родители (законные представители) имеют право на: получение квалифицированной консультативной помощи по уходу за ребенком, проблемам воспитания, развития и адаптации ребенка в ДОУ и др.; получение практической помощи в организации занятий с детьми дома; высказывание собственного мнения и обмен семейным опытом в воспитании детей.

4.2. ДОУ имеет право: на изучение и распространение положительного опыта семейного воспитания; внесение корректив в план работы клуба в зависимости от возникающих проблем, интересов и запросов родителей.

4.3. ДОУ обязано: организовать работу клуба в соответствии с планом, утвержденным заведующим ДОУ, и с учетом интересов и потребностей родителей; предоставлять квалифицированную консультативную и практическую помощь родителям.

**5. Документация**

5.1.Детско – родительский клуб «Веселые Неваляшки» работает по утвержденной в начале года программе.

**Конспект совместного занятия**

**в детско-родительском клубе «Веселые Неваляшки»**

**в младшей и средней группе**

**«НА АРЕНЕ ЦИРКА»**

**Цель:**  привлечение детей и их родителей к совместному семейному досугу, пропаганда здорового образа жизни и активного семейного отдыха, поддержание семейных ценностей.

**Задачи:**

1. Совершенствовать двигательные умения детей.
2. Привлекать внимание родителей и детей к спортивным формам семейного досуга.
3. Получить положительные эмоции от движения.
4. Формировать доброжелательное отношение, отзывчивость друг к другу.

Оборудование: музыкальный. центр, парашют, гимнастическая скамья, канат, гимнастические дуги разной высоты, тоннель (мягкий модуль –кольцо), наряд КЛОУНА(ведущий).

**Ход занятия**

*Под музыку входят в зал парами (мама + ребенок). Встают в большой круг (мамы снаружи, дети внутри круга)*

**ВЕД**. Внимание! Внимание! Мы рады видеть наших мам вместе с нами в этот замечательный день. Я приглашаю всех в цирк. Хотите попасть на представление?

Дети: Да!

ВЕД: Тогда возьмемся за руки. Наше представление начинается! Представления начинаются выходом всех артистов цирка - Парадом – алле!

1. «Воздушные гимнасты»- *Взрослый держит ребенка за вытянутые вверх руки и вместе идут на носочках.*
2. «Силачи»- *Взрослый держит ребенка за кисти рук и сгибает руки к плечам и разгибает.*
3. «Дрессированные лошадки» - *Взрослый и ребенок держатся за руки и идут шагом с высоким подниманием колена*
4. «Дрессированные собачки» - *Взрослый идет широким шагом, ребенок на четвереньках проползает змейкой между ног*
5. «Клоуны» - *взрослый и ребенок держатся за руки и бегут на носочках в медленном темпе*
6. «Акробаты» - *Ребенок встает ступнями на ступни взрослого и они вместе передвигаются по кругу*

Взрослые и дети останавливаются. Взрослый –вне круга, дети в кругу

Вед: И первыми на нашу арену выходят СИЛАЧИ!

*Взрослый и ребенок стоят друг напротив друга. Держатся за руки .И.П. ноги на ширине плеч. Вместе поднимают руки в стороны –вверх-в стороны-вниз.*

Вед: Следующими на нашу арену выходят ВЕЛОСИПЕДИСТЫ!

*Взрослый и ребенок стоят друг напротив друга. Взрослый стоит на коленях, ладони кистей взрослого и ребенка прижаты друг к другу. Они совершают вращательные движения руками*

Вед: ДРЕССИРОВАННЫЕ ОБЕЗЬЯНКИ

*Взрослый и ребенок стоят друг напротив друга, держатся за руки и приседают по очереди.*

Вед. ДРЕССИРОВАННЫЕ КОТЯТА

*Взрослый стоит на коленях. Ребенок пролезает под животом на четвереньках и перелезает через спину*

Вед.: ВОЗДУШНЫЕ ГИМНАСТЫ

*Взрослый сидит вытянув ноги и держит ребенка за руки. Ребенок перепрыгивает на двух ногах через ноги взрослого.*

Вед.: ДРЕССИРОВАННЫЕ СЛОНЫ

*Взрослый становится на четвереньки. Ребенок ложится или садится ему на спину. Взрослый катает ребенка по кругу.*

Вед.: КЛОУНЫ

*Ребенок ложится на живот , взрослый фиксирует двумя руками бедра ребенка и приподнимает, ребенок опирается на вытянутые руки и передвигается вперед –назад(тачка)(средняя группа)*

Вед.: АКРОБАТЫ

*Полоса препятствий :скамья(ребенок идет, взрослый страхует), канат(все передвигаются боковым приставным шагом), дуги разной высоты(дети подлезают на четвереньках), кольцо (мягкий модуль)/тоннель(ребенок продвигается внутри, взрослый страхует)*

Вед. :А сейчас я приглашаю всех под купол цирка.

*ИГРА «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА» Взрослые по периметру держат парашют. Дети стоят под ним. Пока играет музыка, дети прыгают и танцуют, изображают разных животных(зайцы, котята и т.д.)Музыка прекращается и дети и взрослые прячутся под купол парашюта. Игра 2-3 раза.*

*ИГРА «КАРУСЕЛИ» Дети и взрослые по периметру берутся за край парашюта и выполняют действия стихотворения*

*«Еле-еле, еле-еле закружились карусели,*

*А потом-потом-потом,*

*Все бегом-бегом-бегом,(2 раза),*

*Тише –тише не спешите, карусель остановите»*

Вед.:Вот в какое замечательное цирковое представление мы показали. А теперь давайте расслабимся, дети лягут на живот, а мамы очень нежно и аккуратно сделают им массаж(поглаживающие движения рук ,ног ребенка, живота, всего туловища. Перекатывание ребенка с живота на спину и обратно).

Вед. На этом наше цирковое представление окончено. Спасибо за внимание.

(Дети исполняют песню, дарят подарки, завершается праздник совместным чаепитием)



****

****

****

**Конспект совместного занятия**

**в детско-родительском клубе «Веселые Неваляшки»**

**с родителями и детьми средней группы**

**«По следам Смешариков»**

Цель: развитие взаимопонимания между родителями и детьми, установление эмоционального и тактильного контакта между ними.

Задачи:

1. Расширить у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость.
2. Развивать у детей психические процессы: внимание, память, мышление, воображение, речь.
3. Обучать взаимодействию при выполнении совместных заданий
4. Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательно-игровой деятельности

Предварительная работа: разучивания упражнений, слушание и анализ песенной тематики, разучивания музыкально-ритмических движений, консультация для родителей на тему: «Значение семейного досуга как средство укрепления здоровья детей», проведения инструктажа технике безопасности во время занятий на фитболах.

Пособия: фитболы и мячи по количеству родителей и детей; маска лисы, воздушные пузыри, магнитофон 1 шт., аудиозаписи, мультимедийная установка, слайды .

**Ход занятия**

(*на экране появляются слайды с изображением смешариков)*

Инструктор:

Удивительна страна

Милых кругленьких зверьков

Из конца в конец она

В тыщу кроличьих прыжков.

Всех зверят ты точно знаешь,

Круглых, словно шарики,

Отвечайте дружно хором,

Их зовут… (Смешарики)

– Наверно, это очень интересная страна Смешариков.   
– А как вы думаете, какая она? *(Это страна, где все и всё круглое)*   
– Покажите, какими вы представляете жителей этой страны? *(Дети раздувают щеки, округляют руки, показывая шар)*   
– А жители этой страны грустные или веселые? Покажите! *(Дети улыбаются)*  
Хотите попутешествовать?   
В походе надо быть внимательными.  
Давайте сделаем массаж ушей.

**Массаж ушей «Подходи ко мне дружок»**

Подходи ко мне, дружок и вставай скорей в кружок  
Ушки ты свои найди и скорей их покажи  
Ловко с ними мы играем,   
вот так хлопаем ушами,  
А сейчас все тянем вниз.   
Ушко ты не отвались!  
А потом, а потом покрутили узелком  
Ушко кажется, замерзло,  
отогреть его так можно  
Раз-два раз-два! Вот и кончилась игра!

– А теперь в путь.

**I часть – вводная**

Раз, два, три! Мячик бери! (Мячи разбрасывают по залу.) Ребята, возьмите мяч и встаньте впереди родителей.  
(Каждый ребёнок держит мяч.)  
Ходьба в колонне из детско – родительских пар:   
- обычная, на носках, руки вверх (взрослый, встав позади ребёнка, берёт его за вытянутые руки);   
- на пятках, руки за головой (взрослый, встав позади ребёнка, разводит его локти);   
- приставным шагом друг напротив друга, мяч в вытянутых руках;   
- дети идут на коленях, мяч в руках над головой (взрослые поддерживают мяч);  
- бег в паре: обычный (ребёнок держит мяч);   
- галопом (взрослые и дети поворачиваются лицом друг к другу);   
- врассыпную (дети разбегаются по залу, взрослые держат мячи).  
Инструктор. Раз, два, три! К родителям беги! (Родители обнимают ребёнка, прижимают к себе, кружат.)  
Ходьба с восстановлением дыхания (дети держат мяч перед собой).  
Вдохнули, выдыхая, направляем струю воздуха на мяч.

(Убирают мячи в корзину)

**II часть - основная.**

Инструктор: - Я, думаю, что мы уже пришли в страну Смешариков.

|  |  |
| --- | --- |
| Мячи - смешарики лежат,  В руки к вам они хотят. Мячики вы все берите,  На полянку выходите | *Дети и взрослые останавливаются, берут фитболы, занимают места для выполнения общеразвивающих упражнений. Родители помогают детям* |

***Комплекс фитбол - гимнастики "Веселые смешарики"***

*(Все упражнений выполняются 4-6 раз)*

|  |  |
| --- | --- |
| «Сильный Копатыч» | И.п. сидя на фитболе, поочередное сгибание и разгибание рук в стороны |
| «Совунья» | И.п. сидя на фитболе, руки на поясе. Поочередное поднимание прямых ног. |
| «Нюша» | И.п. лежа на спине на полу, руки под головой, ноги на фитболе, поочередное поднимание ног вверх (колени не сгибать). |
| «Ежик» | И.п. лежа на спине на полу, стопы стоят на фитболе, ноги прямые. Поднять таз, ноги прямые, опустить таз. |
| «Бараш» | И.п. лежа на спине на полу, ноги согнуты в коленных суставах - обхватить ногами фитболы, поднять вверх, затем опустить |
| «Лосяш» | И.п. лежа на фитболе на животе, прокатываясь по фитболу животом вперед - назад, с упором руками на полу. Родители придерживают за прямые ноги |
| «Пин» | И.п. сед на пятках,опора спиной на фитбол, лечь на фитбол и покататься вперед-назад, вытянуть позвоночник. Родители придерживают за бедра |
| «Крош» | И.п.-сидя на мяче, руки на бедрах, прыжки на мяче. (40 сек.) |
| Упражнение на расслабление | И.п.сидя на коленях на полу обхватить фитбол руками, положить на него голову и покачаться из стороны в сторону. |

**III часть**

Инструктор:

А теперь мячи берите,  
И в кружок их положите.  
Играть дальше будем мы -   
А ты, Нюша, посмотри!

**1.Подвижная игра «Смешарики и лиса»**

Игроки («смешарики») находятся в «домике» на одной стороне зала, водящий. («лиса») на противоположной стороне. Игроки катают мячи по залу врассып­ную, а по команде: «Лиса!» — берут мяч в руки и убегают в «домик». «Лиса» догоняет и пятнает «смешариков». Пойманные игроки остаются в игре.

**2. Гимнастика для глаз «Лягушки»** Участники образовывают круг и смотрят на экран, следят глазами за движущимися рисунками

**IV часть - заключительная.**

Воспитатель: - Устало от игр Солнышко. Природа затихает. Не пора ли нам возвращаться? Попрощаемся со смешариками, отдохнем и в обратный путь (*Дети относят фитболы на место и встают в круг*)

|  |  |
| --- | --- |
| **Мы играли, мы играли  И немножко все устали. Полежим и отдохнем.  Глазки все закрываем, Силу, бодрость набираем, И усталость прогоняем. Отдыхаем** | ***Идут по кругу, останавливаются.***  ***Ложатся на пол, закрывают глаза.*** |

***Игра - расслабление "Воздушные шарики"***

Инструктор :- Ребята, смешарикам очень понравилось, как вы играли с мячами - и она передала для вас сюрприз. А что это отгадайте:

Легкие, воздушные,  
Ветерку послушные.  
Похожи на смешарик,  
И на воздушный шарик!

(*Мыльные пузыри - выдувает воспитатель)*

****







****

**Конспект совместного занятия в детско-родительском клубе «Веселые Неваляшки»**

**подготовительной группы с участием родителей (папы)**

**«Богатырские игры»**

**Цель**: развитие взаимопонимания между родителями и детьми, установление эмоционального и тактильного контакта между ними.

**Задачи:** 1. Повышение уровня физической подготовленности дошкольников;

2.Приобщение дошкольников к регулярным занятиям физической культурой, популяризация физкультуры и здорового образа жизни;

3.Привлечение детей к участию в соревнованиях;  
4. Привлечение родителей и детей к совместным занятиям физической культурой.

**Инвентарь:** спортивные модули( бревно, мостики, тоннель, пятнашки), 2 обруча- «паутины», мешочки с песком,2 тарелки, муляжи яблок, русская рубаха, строительные блоки из конструктора, киндер- сюрпризы с пословицами, «золотые» киндер-сюрпризы, костюм Бабы-Яги, слайды с богатырями, мультимедийная система, ноутбук.

**Предварительная подготовка**

1. Педагог читает детям былины о богатырях.
2. Дети рассматривают картину «Богатыри» В. Васнецова.
3. Педагог рассказывает о старинном оружии и доспехах русских воинов.
4. Подбираются пословицы и поговорки о воинах, родной земле, храбрости, смекалке (домашнее задание).

**Ход занятия:**

Звучит фонограмма песни «Богатырская сила» А. Пахмутовой. В зал входит баба-Яга (ведущий)

**Баба –Яга:** Здравствуйте, девицы-красавицы да мальцы-удальцы. Смотрю я на ваших ребят и вижу: перевелись на Руси богатыри. Пора уже им воинами становиться, к защите нашей Родины готовиться. А они все хлипенькие да тоненькие, худенькие. Разве такие богатыри? А земле русской так нужна сила богатырская , чтобы охранять ее от врагов. Кто ж поможет? (ответы детей).Вы поможете? Что-то не верю я. Не похожи вы на богатырей, совсем не похожи…

В стародавние времена на Руси существовал обычай: как только мальчики подрастали да в силу входили, их посвящали в воины. А для этого проводили соревнования, чтобы мальчишки могли удаль свою, отвагу да смекалку показать.

**Баба –Яга:** Готовы ли вы, добры молодцы и красны девицы, к богатырским состязаниям? Проверим вашу удаль молодецкую, да смелость и хитрость.

**Баба –Яга:** Велика наша Русь-матушка, необъятная, много в ней рек, гор и степей. Богатырь должен ко всему быть готовым и море переплыть , и пустыню перейти и горы преодолеть. Посмотрим как вы будете с препятствиями справляться

1. Конкурс «Полоса препятствий».

Участники(дети и родители) друг за другом , по кругу, преодолевают препятствия (канат, кочки, мостик, тоннель, бревно)

**Баба –Яга:** А еще живет у нас много зверья всякого, опасного и ядовитого. Не испугаетесь паука? Нужно пролезть через паутину и завалить его камнями в его норе

1. Эстафета «Паутина».

Участник должен пролезть в «паутину» забросить мешочек в цель(обруч) и вернуться обратно

**Баба –Яга:** А теперь, соберите-ка мне молодильных яблочек да не уроните, иначе испортится оно. Нужно пронести яблоко на тарелочке до конуса и обратно не уронив его.

1. Эстафета «Молодильные яблоки »

Участники на тарелочке в одной руке переносят яблоко, чтобы не уронить с тарелки.

**Баба –Яга:** Заколдую я сейчас одного взрослого богатыря и посмотрим как вы все вместе сможете его силой одолеть.

1. Эстафета «Силачи»

Папа продевает канат в рукава рубахи, 2 команды пытаются перетянуть канат.

**Баба –Яга:** Богатырь должен быть не только сильным и удалым, но и умным, чтобы с легкостью разгадать хитрость вражескую. Покажите свой ум, скажите окончание пословицы.

1. Конкурс «Мудрые пословицы»

Участники вытаскивают киндер-сюрприз с началом пословицы, папы зачитывают и дети должны продолжить ее.

**Баба-Яга:** Богатыри сильные и храбрые ,строят оборонительные сооружения для защиты от врагов

1. Эстафета «Стена замка»

Дети берут кирпич и переносят к финишу, строя стену замка, возвращаются обратно.

(ЕСЛИ БУДУТ ВЗРОСЛЫЕ, ТО ПРОВОДИТСЯ КОНКУРС «ЗМЕЙ ГОРЫНЫЧ»)

**Баба –Яга:** И последнее задание. Нужно вернуть золото у Змея Горыныча. Перенести золото так, чтобы одновременно шло 4 ноги, а пришли 3головы.

1. Эстафета «Змей Горыныч»

Папы сцепляют в замок руки и переносят ребенка за золотом и обратно.

**Баба –Яга:** Ой, какие удальцы- молодцы , богатыри земли русской. Убедили вы меня. Есть кому за нашу землю матушку постоять, есть кому мудрость передать. И деды ваши, и отцы могут вами гордится. Спасибо , потешили вы меня. А за храбрость, ум и смелость вот вам награда(вручается угощение и участники выходят из зала).





**

**

*Приложение 1.*

**Диагностика качества образования «Достижения воспитанников»**

**по формированию привычки к здоровому образу жизни для детей старшего дошкольного возраста**

***Цель:*** изучить особенности мотивации здорового образа жизни старших дошкольников, особенности представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровье, знаний об умениях и навыках, поддерживающих, укрепляющих и

сохраняющих его по направлениям

* 1. ***«Познай себя»***

***Цель:*** изучить знания детей строения тела и важных органов человеческого организма.

***Оборудование:*** пособие «Сборная разборная модель».

***Форма проведения:*** Задание для ребенка с использованием игры «Сборная разборная модель». Предлагается дошкольнику из отдельных составляющих частей тела человека собрать целостную фигуру. По ходу игры воспитатель задает ребенку дополнительные вопросы: (Как называется эта часть человеческого тела? Для чего она нужна человеку? и др.).

Вопросы по разделу **«Познай себя»**

1. Скажи, пожалуйста, знаешь ли ты, из чего состоит твое тело?

2.Расскажи, что у тебя спрятано под кожей?

1. Назови основные части скелета.
2. А как ты думаешь, человек мог бы жить без скелета? Почему?
3. 5.Расскажи, какую работу выполняют органы, изображенные на рисунке?
4. Зачем организму человека нужна кровь?
5. А зачем человеку мышцы?
6. А как ты думаешь, все люди устроены одинаково или каждый по-разному? ***Уровни. Высокий:*** *ребенок знает все части тела человека, важные органы, правильно называет их и верно объясняет их назначение. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их.*

***Средний:*** *ребенок называет части тела человека, важные органы, объясняет их назначение, допуская при этом некоторые ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности.*

***Низкий:*** *ребенок испытывает затруднения в названии частей тела человека, важных органов, часто ошибается, не может объяснить их назначение, не отвечает на вопросы.*

***2. «Личная гигиена»***

***Цель:*** изучить особенности знаний детей старшего дошкольного возраста о правилах личной гигиены.

***Оборудование:*** сюжетные картинки о здоровом образе жизни.

***Форма проведения:*** индивидуальная игра-беседа. Вопросы по разделу **«Личная гигиена»**

1. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
2. Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защититься от них?
3. Как ты думаешь, опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с таким ребенком?
4. Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?
5. Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя? Какие вредные привычки есть в вашей семье?
6. Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь? Знаешь ли ты, когда человеку бывает больно? Почему так происходит, как ты думаешь?

***Уровни. Высокий:*** *ребенок знает правила личной гигиены, правильно называет их и знает, как они совершаются. Понимает, зачем они нужны, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их*

***Средний:*** *ребенок называет правила личной гигиены, объясняет их назначение, допуская при этом незначительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.*

***Низкий:*** *ребенок испытывает затруднения в назывании правил личной гигиены, часто ошибается, не может объяснить, зачем они нужны человеку, лично ребенку. Путается в алгоритме действий личной гигиены. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.*

* 1. ***« Здоровое питание»***

***Цель:*** изучить особенности знаний детей младшего дошкольного возраста о правилах приеме пищи, об отношении к здоровому питанию.

***Оборудование:*** сюжетные картинки по темам «Правильное питание»,

«Неправильное питание», игра «Здоровая и нездоровая пища»,

***Форма проведения:*** индивидуальная игра-беседа. Вопросы по разделу **«*Здоровое питание* »**

* + 1. Для чего человеку нужна пища?
    2. Какие ты знаешь правила питания?
    3. Расскажи, что происходит с пищей, когда она попадает в рот?
    4. Назови полезные продукты.
    5. Назови вредные продукты.
    6. Какие витамины ты знаешь. В каких продуктах они находятся?
    7. От чего портятся зубы?

***Уровни. Высокий*** *ребенок знает правила здорового питания, правильно называет их и знает, как они совершаются. Понимает, зачем они нужны, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их*

***Средний:*** *ребенок называет правила здорового питания, объясняет их назначение, допуская при этом незначительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.*

***Низкий:*** *ребенок испытывает затруднения в назывании правил здорового питания, часто ошибается, не может объяснить, зачем они нужны человеку, лично ребенку. Путается в алгоритме действий личной гигиены. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.*

* 1. ***«Береги себя»***

***Цель:*** изучить особенности мотивации здорового образа жизни старшего дошкольника, особенности знаний о своей безопасности в окружающей среде.

***Оборудование:*** картинки ОБЖ «Стеркина»

***Форма проведения:*** индивидуальная игра-беседа по картинкам и книжке «Береги себя».

Вопросы по разделу **«*Береги себя*»**

1. Ты заботишься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь?
2. Как ты думаешь, для чего придумали правила безопасности на кухне, с бытовыми приборами, дома? А ты соблюдаешь эти правила?
3. Где «живет» электрический ток и когда он может быть опасным?
4. Что такое домашняя аптечка и для чего она нужна? Знаешь ли ты, где она находится у тебя дома?
5. Если я наберу по телефону номер (01, 02, 03, 04), то куда я попаду? В каких случаях это необходимо?
6. Если ты один дома, а в дверь звонят, что ты будешь делать? Покажи.

***Уровни. Высокий:*** *ребенок знает правила безопасного поведения по отношению к себе и другим, правильно называет их и знает, как они совершаются. Понимает, зачем они нужны, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их.*

***Средний:*** *ребенок называет правила безопасного поведения по отношению к себе, объясняет их назначение, допуская при этом незначительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.*

***Низкий (круг):*** *ребенок испытывает затруднения в понятии правильного поведения, часто ошибается, не может объяснить, зачем они нужны человеку, лично ребенку. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.*

1. ***«Я в движении»***

***Цель:*** изучить знания и отношения детей младшего дошкольного возраста к физкультуре и двигательной активности.

***Оборудование:*** сюжетные картинки по темам « Дети делают зарядку», «Дети занимаются физкультурой», «Виды спорта».

***Форма проведения:*** индивидуальная игра-беседа. Вопросы по разделу **« Я в движении»**

* 1. Чтобы не болеть, я должен?
  2. Расскажи правила выполнения зарядки.
  3. Расскажи, что ты делаешь, чтобы быть здоровым и крепким?
  4. Расскажи, какие упражнения необходимо делать для профилактики плоскостопия?
  5. Расскажи, что ты знаешь о правильной осанке?
  6. Зачем люди занимаются спортом?
  7. Какой вид спорта ты знаешь? Хотел бы заниматься?

***Уровни. Высокий:*** *ребенок знает и рассказывает о пользе зарядки и физкультуры для организма человека, правильно отвечает на вопросы. Понимает, зачем нужны движения, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их.*

***Средний:*** *ребенок называет двигательные игры, объясняет их назначение, допуская при этом незначительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.*

***Низкий:*** *ребенок испытывает затруднения в ответах, часто ошибается, не может объяснить, зачем нужна физкультура человеку, лично ребенку. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы*

*Приложение 2.*

***Анкета для родителей*:**

***“Путь к здоровью ребёнка лежит через семью”***

Уважаемые родители! Забота о воспитании здорового ребёнка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения.

Для достижения максимального эффекта в укреплении здоровья и приобщение детей к здоровому образу жизни, в сотрудничестве с другими педагогами и родителями мы создали детско – родительский клуб «Веселые Неваляшки».

Цель клуба «Приобщение детей к здоровому образу жизни через совместные мероприятия и игры с родителями и педагогами»

Просим Вас ответить на вопросы анкеты по оздоровлению детей в семье. Заранее благодарим Вас!

1. Как оцениваете состояние здоровья своего ребёнка?:

плохое, удовлетворительное, хорошее? (нужное подчеркнуть.)

1. Существуют ли в Вашей семье традиции по физическому воспитанию?

Если ―Да , то какие?

1. Укажите меры, которые Вы предпринимаете в семье с целью укрепления здоровья ребёнка (отметьте любым значком)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Меры по укреплению здоровья | Регулярно | Не регулярно | Вообще нет |
| Посещение врачей |  |  |  |
| Приѐм лекарств |  |  |  |
| Соблюдение режима дня |  |  |  |
| Соблюдение санитарно-гигиенических норм |  |  |  |
| Занятия физическими упражнениями |  |  |  |
| Правильное питание |  |  |  |
| Прогулки на свежем воздухе |  |  |  |
| Закаливание |  |  |  |
| Немедикаментозные средства оздоровления |  |  |  |
|  |  |  |  |

1. Хотели бы Вы посещать детско - родительский клуб «Веселые Неваляшки» и стать активным участником в оздоровлении своего ребенка?

Ф. И. О. Родителя

Ф.И. ребёнка

Возраст ребенка и группа, которую посещаете

*Мы рады приветствовать всех участников нашего детско - родительского клуба*

*«Весёлые Неваляшки» и говорим добро пожаловать новым участникам!*

*Приложение №3*

*АНКЕТА*

*Уважаемые родители!*

*Приглашаем Вас принять участие в работе, позволяющей изучить культуру здоровья в семье. Активное участие и ваша искренность позволят нам осуществлять работу по оздоровлению детей, посещающих детский сад, а вам по оздоровлению ваших детей. Мы хотим, чтобы наши дети росли здоровыми и счастливыми, были удачливыми и успешными.*

*Благодарим за сотрудничество!*

* 1. Делаете ли вы утреннюю зарядку?

а) да

б) нет

в) иногда

* 1. Проводите ли вы с детьми закаливающие процедуры? (если «да» и «иногда» перечислите какие):

а) да б) нет

в) иногда

* 1. Если у вас вредные привычки?

а) да

б) нет

* 1. Знает ли об этом ваш ребёнок?

а) да

б) нет

в) не знаю

* 1. Соблюдаете ли вы режим дня (сон, питание, прогулка?

а) скорее да

б) скорее нет в) по разному

* 1. Как часто вы с детьми бываете на свежем воздухе?

а) часто

б) редко

в) как получится, не задумываюсь об этом

* 1. Занимаетесь ли вы с ребёнком спортом?

а) да

б) нет

в) иногда

* 1. Имеется ли дома спортивный уголок, спортивное оборудование?

а) да

б) нет

* 1. Часто ли болеет ваш ребёнок?

а) часто

б) не часто

в) не часто (год на год не приходится)

10. Считаете ли вы свою семью здоровой и ведущей здоровый образ жизни?

а) скорее да

б) скорее нет

в) не могу ответить на вопрос

11. Считаете ли вы себя субъектом (активным участником – творцом здорового образа жизни)

а) да

б) нет