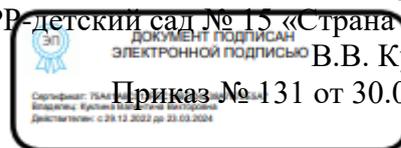


Муниципальное образование  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
городской округ город Ханты-Мансийск

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка - детский сад № 15 «Страна чудес»  
(МБДОУ «ЦРР - детский сад № 15 «Страна чудес»)

ПРИНЯТО:  
решением Педагогического совета  
МБДОУ «Центр развития ребенка –  
детский сад № 15 «Страна чудес»  
Протокол № 4 от 30.05.2023

УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий  
МБДОУ «ЦРР - детский сад № 15 «Страна чудес»  
В.В. Куклина  
Приказ № 131 от 30.05.2023



## **Программа родительского клуба «За здоровьем в детский сад»**

Авторы: Опрышко Н.А., воспитатель

*Ханты-Мансийск*

### **Пояснительная записка**

Как было бы здорово, если бы каждый ребенок рос здоровым, счастливым, безмятежным и свободным! Ребенок – это вселенная, которая развивается и растет по определенным законам. Природа так «задумала» человека, что он обладает удивительной способностью – активностью. «Движение – это жизнь», двигательная активность полезна для организма человека, но далеко не все понимают, как важна для формирования физического и психического здоровья. Дома родители предпочитают занять ребенка спокойными играми: в лучшем случае рисованием, интеллектуальными или другими настольными играми, а в худшем – просмотром телепередач или мультфильмов, игрой на компьютере.

Сегодня встает проблема в том, что из-за необходимости поиска заработка, перегрузок на работе, сокращение свободного времени родителей и многим другим причинам наносится ущерб физическому и психологическому здоровью ребенка, его благополучию.

Многие родители осознают недостатки воспитания своих детей, но зачастую им не хватает элементарных знаний по педагогике, психологии, медицине, чтобы решить возникающие проблемы.

Как воспитать здорового ребенка, гармонично сочетающего в себе физический и психологический аспекты? Анализируя этот и множество других вопросов, с которыми родители обращаются за помощью к воспитателю, педагогу-психологу, воспитателю по физическому воспитанию и другим специалистам ДОУ, можно прийти к выводу, что родителям нужна методическая помощь, начальные знания о психофизических особенностях малышей, о методах и приемах взаимодействия с ними. После проведения предварительного анкетирования родителей о значимости оздоровительной работы в семье были сделаны следующие выводы: Основные причины заболеваемости детей, по мнению родителей очень разнообразны. Родители считают, что укреплению физического и психологического здоровья ребенка наиболее будут способствовать:

- физкультурные занятия и занятия с педагогом-психологом в детском саду – 81%;
- рациональное и калорийное питание - 71%;
- соблюдение режима дня - 71%.

У большинства опрошенных родителей существует разнообразное спортивное оборудование. Выявлены два основных вопроса психологического здоровья, физического воспитания и оздоровления детского организма, интересующих родителей: психологические игры и релаксационные упражнения; предупреждение нарушения осанки и плоскостопия.

Родителям интересны все предложенные в анкете формы совместной деятельности с детьми. Самое полезное в совместной деятельности детей и взрослых родители видят следующее: радость общения с детьми и родителями – 71%, совместные выходы на природу (соревнования, развлечения, походы и т.д.) – 52%.

Одной из эффективных форм поддержки семьи предлагаем организовать в дошкольном учреждении родительский клуб. Клуб можно рассматривать как модель групповой консультативной работы с родителями. Ведущей целью деятельности детско-родительского клуба является сохранение психологического и физического здоровья детей и родителей и гармонизация внутрисемейных отношений.

Работа планируется в 2 этапа (года): работа с родителями, совместная работа родителей, детей и специалистов детского сада.

Цель: привлечь родителей к воспитательно-образовательному процессу, пробудить интерес к организации жизнедеятельности детей в ДОУ, 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 психологическом развитии детей.

Задачи:

- Обеспечить охрану и укрепление физического, психического и психологического 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 развитию творческой инициативы родителей;
- Привлекать внимание родителей к проблемам физического, психологического образования и оздоровления детей;
- Формировать общественное мнение о значимости физического и психологического здоровья в ДОУ.

Особое значение в реализации намеченных задач и создании психолого-педагогических условий воспитания и развития имеют: организация здоровьесберегающей предметно - развивающей среды, учет индивидуальных особенностей ребенка и т.д.

Принципы:

- Принцип гуманизации
- Принцип опоры на ведущую деятельность
- Принцип комплексности и интегративности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья;

- Принцип сотрудничества
- Принцип социализации
- Принцип самоактуализации
- Принцип педагогизации
- Принцип активности и сознательности – участие всех участников образовательного процесса в поиске новых методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;
- Принцип личностной ориентации и преемственности – организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разновозрастного развития и состояния здоровья
- Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.

Этапы работы детско-родительского клуба:

Подготовительный этап:

- проведение анкетирования
- установление контакта родителей с руководителями клуба, специалистами ДОО

Первый этап:

- познакомить родителей с закономерностями развития детей дошкольного возраста, методами и приемами, способствующими развитию гармоничных детско-родительских взаимоотношений, созданию благоприятного эмоционального климата в семье;
- осуществлять практическую подготовку родителей по вопросам воспитания психически и физически здорового ребенка;
- формировать активную позицию родителей по отношению к процессу воспитания ребенка в единстве с требованиями педагогов и учетом индивидуальных особенностей дошкольника.

Второй этап:

- развивать взаимопонимание взрослых и детей, формируя позитивные формы общения в семье;
- 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.

Контрольный этап:

- анализ выполнения проекта, достигнутых результатов (успехов и неудач).

Участники: дети старшей, родители, педагог-психолог, воспитатели, воспитатель по физической культуре, музыкальный руководитель.

Модель организации работы детско-родительского клуба: занятия организуются с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями. Количество участников группы – 5-7 семей. Проводятся занятия 1 раз в месяц с октября по апрель.

Формы и методы работы с родителями:

- Игры и упражнения
- Мини-беседы, лекции
- Релаксационные и динамические паузы
- Моделирование проблемных ситуаций
- Презентация информационных буклетов
- Дидактические и подвижные игры
- Художественно-творческая деятельность
- Праздники и развлечения, досуги
- Занятия
- Информационные стенды для родителей
- Анкетирование
- Наглядная пропаганда (знакомство через материалы стендов, тематических выставок и др.)
- Тематические папки

Использование нетрадиционных высокоэффективных методов и приемов работы с родителями:

- Анкетирование
- Тестирование
- Экспресс-опрос
- Магнитофонная запись
- Реклама
- Оформление пригласительных билетов
- Изучение рисуночных проективных методик
- Индивидуальные беседы с родителями

- Моделирование игровых и проблемных ситуаций
  - Выявление передового опыта семейного воспитания и развития ребенка
  - Практические советы и рекомендации по интересующей проблеме
- Ожидаемые результаты:
- Вовлечение родителей воспитанников в жизнь детей и детского сада.
  - Обеспечение педагогической культурой родителей в вопросах воспитания и развития детей.
  - Активное участие родителей в развивающей образовательной работе с детьми.
  - Проигрывая и моделируя определенные ситуации, родители узнают: важность гармоничного развития ребенка, о связи физического и духовного в ребенке, в какие игры играть с ребенком, чтобы он был здоровым, как правильно общаться, чтобы в семье были взаимопонимание, доброжелательное отношение друг к другу, о влиянии двигательной активности на настроение и эмоциональное состояние взрослых и детей, как научиться расслабляться и регулировать свое состояние.

#### **План заседаний родительского клуба**

| Дата проведения | № | Тема мероприятия   | Задачи   |
|-----------------|---|--|--|
| Октябрь         | 1 | Тема: «Мама, папа, я- спортивная семья». Совместный досуг                      | Создание условий для благоприятного климата взаимодействия с родителями  |
| Декабрь         | 2 | Тема: «Дыхание и здоровье» мастер-класс -                                      | Раскрыть значение правильного дыхания в профилактике простудных заболеваний. Оформление буклетов с комплексом упражнений в помощь родителям. |
| Февраль         | 3 | Тема: «Антистрессовый массаж» (совместное выполнение педагог-ребенок-родитель) | Снять усталость и восстановить силы (через расслабление мышц); создать хорошее настроение.   |
| Апрель          | 4 | Тема: «Растим вместе здорового ребенка». Мастерская при Клубе.                 | Совместная работа с семьями воспитанников по изготовлению нетрадиционного игрового оборудования по ЗОЖ своими руками                         |
| Май             | 5 | Тема: Торжественное закрытие клуба «Здоровейка».                               |  |

#### Используемая литература:

1. Бочарова Н.И. Туристические прогулки в детском саду: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: АРКТИ, 2004.
2. Взаимодействие ДООУ и семьи./ Сост. О.И.Бочкарева. - Волгоград: ИТД «Корифей»,2008.
3. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2005.
4. Лысова В.Я., Яковлева Т.С. и др. Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. Старший дошкольный возраст. Сценарии. – М.: АРКТИ, 1999.
5. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья»/ авт.-сост. Е.Ю.Александрова.- Волгоград: Учитель, 2007.
6. Педагогика взаимопонимания: занятия с родителями/ авт.-сост. О.В.Москалюк, Л.В.Погонцева. – Волгоград: Учитель, 2008.
7. Работа с родителями: практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2-7 лет/ авт.-сост. Е.В.Шитова. – Волгоград: Учитель, 2009.
8. Физкультурно-оздоровительная работа в ДООУ: из опыта работы / авт.-сост. О.Н.Моргунова. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.
9. Шебеко В.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет.сада. – М.: Просвещение, 2003