

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад компенсирующего вида № 29 «Елочка»

## **СЕМЕЙНЫЙ КЛУБ «Моя семья за ЗОЖ»**

Составил: инструктор  
по физической культуре:  
Сергеева М.А.

Нижевартовск

# Содержание

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели программы
- 1.3. Основные задачи
- 1.4. Планируемые результаты

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Содержание работы с родителями
- 2.2. Направления работы
- 2.3. Темы
- 2.4. Формы работы
- 2.5. Этапы работы

## III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. План работы по организации Программы
- 3.2. Календарный график
- 3.3. Материально – техническое обеспечение

Литература

Приложения

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей, вопросы, связанные с проблемами здоровья детей - подрастающего поколения нашей страны. Этот вопрос актуален не только для жителей России, жителей стран ближнего зарубежья, а для всех жителей планеты. В эпоху компьютерных технологий, изобретения все новых машин, освобождающих человека от бытовых проблем, наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации. Здоровье населения - высшая национальная ценность в любой развитой стране. Человек приходит в этот мир не только для своего комфортного существования и личного счастья. Его ум, умения, опыт, вся его жизнь необходимы его детям, обществу, будущим поколениям.

Достоинством существования человека на земле помогает сделать здоровье, духовное и физическое, которое является главным достоянием человека, делом не только личным, но и общественным. Нельзя рассматривать здоровье как отсутствие физических дефектов у человека или болезней. Устав Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) трактует понятие «здоровье» как «состояние полного социального и духовного благополучия» [7, с. 92].

Для ребенка быть здоровым, значит развивать в гармонии свои физические и духовные силы, обладать выносливостью и уравновешенностью, уметь противостоять действию неблагоприятных факторов внешней среды.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и ДООУ. Формируя отношение ребенка к здоровому образу жизни невозможно без активного участия в этом процессе педагогов, всего персонала ДООУ и

непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада ДООУ и семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения детей дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Ключевым вопросом государственной политики является существенное повышение качества жизни граждан России, все это отражено в национальной программе «Здоровое поколение XXI», в Приоритетных национальных проектах. Главной задачей в реализации поставленных задач является сохранение, укрепление здоровья воспитанников в совместной деятельности с семьей.

Вопросы формирования и воспитания культуры здорового образа жизни детей рассмотрены в работах И.И. Брехмана, Э.Н. Вайнера, Л. Волошиной, М.П. Дорошкевич, Г.К. Зайцева, Т.С. Казаковцевой, Н.В. Тверской и др. Однако методы работы ДООУ с родителями по формированию здорового образа жизни детей почти не рассматриваются в литературе.

Поэтому проблема поиска методов работы ДООУ с родителями по формированию здорового образа жизни дошкольников остаётся актуальной.

#### Концептуальные основы

В основу концепции данной программы положено:

- Совместная деятельность взрослых и детей в процессе воспитания;
- Формирование у родителей установки на самостоятельную спортивно – оздоровительную деятельность, путем внедрения активных форм, методов и следующих **принципов**:

- **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 воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни. Чем чаще педагог жалуется на неудачи и неумения ребенка, тем тяжелее найти взаимопонимание и поддержку со стороны родителей. В конечном счете, педагог «расписывается» в бессилии и своей некомпетентности.

- **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 воспитании у дошкольников здорового образа жизни.
- **Принцип жизненного опыта.** Не бойтесь поделиться своим опытом и выслушать опыт родителей, возможно в совместных действиях он пригодится, и вы не набьете лишних «шишек» в общении с детьми.
- **Принцип безусловного принятия.** Вместе с родителями обсудите эту тему. Безусловно 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! Вы почувствуете, как родители проникнутся к вам не только уважением, но и признанием за то, что вы Педагог с большой буквы.

**1.2. Цель :** повышение уровня педагогической и психологической культуры родителей, в области физического воспитания ребёнка.

### **1.3.Задачи проекта:**

1. формировать активную позицию родителей по отношению к процессу воспитания ребёнка в единстве с требованиями педагога и учётом индивидуальных способностей ребёнка;
2. осуществлять практическую подготовку родителей по вопросам физического воспитания ребёнка;
3. познакомить родителей с закономерностями развития ребёнка дошкольного возраста, методами и приёмами, способствующими развитию гармоничных детско – родительских взаимоотношений.

### **1.4. Планируемый результат :**

1. приобщение к здоровому образу жизни;
2. повышение уровня знаний родителей в области физического воспитания;
3. гармонизация детско – родительских отношений.

### **Предварительная работа:**

1. анкетирование;
2. индивидуальные беседы;
3. наблюдение за детьми во время физической культуры;
4. подбор информационного и практического материала;

### **Роль родителей в реализации проекта.**

1. участие в практических занятиях;
2. проведение круглого стола;
3. фотовыставки «Спортивная радуга»;
4. семейные спортивные праздники.

### **Работа с воспитателями.**

1. консультации;
2. контроль качественного выполнения физических упражнений и соблюдения правил гигиены;

3. проведение подвижных игр;
4. спортивные и оздоровительные мероприятия.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание работы с родителями

#### Средняя группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1.	«Возрастные особенности детей в средней группе»	1. Анкетирование родителей «Для выявления запросов, интересов, пожеланий родителей» 2. Круглый стол «Возрастные особенности детей в средней группе» 3. Альбом «Моя семья» с фотографиями семей 4. Консультация для родителей. «Психологические и возрастные особенности детей четвертого года жизни»	Ноябрь
2.	«Методика лечебной «волшебной» физкультуры»	1. Совместное изготовление нестандартного оборудования 2. Практическое занятие с использованием нестандартного оборудования	февраль
3.	«Всей семьёй Спортландию»	Семейный спортивный праздник.	Апрель

#### Старшая группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1.	«Закаливание: преграда всем простудам»	1. Анкетирование родителей «Что я знаю о закаливании» 2. Рекомендации «Распорядок дня в осенне-зимний»	ноябрь

		период времени» 3. семинар - практикум на тему: «Закаливание: преграда всем простудам».	
1.	«Нестандартное оборудование для двигательной активности детей»	1.Совместное изготовление нестандартного оборудования. 2.Практическое занятие	февраль
1.	« Один день в детском саду»	Семейный спортивный праздник.	апрель

### Подготовительная группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1.	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	1.Мастер-класс по профилактике нарушения осанки и плоскостопия	ноябрь
2.	«Роль подвижных игр в развитии и воспитании ребёнка»	1.Презентация «роль подвижной игры в развитии и воспитании ребенка» 2. Памятка «Чем занять ребенка дома?»	февраль
3.	«Вместе с мамой, вместе с папой»	Семейный спортивный праздник.	апрель



## Перспективный план работы с родителями

### Средняя группа

Месяц	Взаимодействие с родителями	Формы работы
Сентябрь	Выступления на родительских собраниях: «Организация работы по физическому воспитанию в ДОУ».	Собрание, беседа, консультация, анкета
октябрь	Консультации по результатам мониторинга и диагностики:  «Режим дня!», «Закаливание- это здорово», «Подвижные игры на улице»	Памятка, буклет
ноябрь	Открытое занятие :  «Физическое воспитание ребенка в ДОУ и в семье».  Консультация для родителей: «Как провести выходные с ребенком»	Картотека подвижных игр на улице.  Практические занятия
декабрь	Консультация:  «Активизация двигательной активности в зимний период».  Круглый стол «Зимние игры на улице»	Изготовление атрибутов для зимних досугов и праздников.  Картотека подвижных игр в зимнее время года.  Игра совместно с детьми
январь	Консультации для родителей детей с недостаточно развитыми двигательными качествами «Как выбрать спортивную секцию»,	Беседа, памятка
февраль	Спортивный праздник  «А ну-ка, папы!»	Совместное проведение праздника детей и родителей
март	Консультация: «Спортивные игры на	рекомендации с учетом

	прогулке».	индивидуальных особенностей детей
апрель	Консультация «Активный отдых летом».	Беседы, фотогазета, консультация
май	«День семьи». Консультации по результатам диагностики и мониторинга.	Беседа, круглый стол, фотогазета

#### Перспективный план работы с родителями в старшей группе

Месяц	Взаимодействие с родителями	Формы работы
Сентябрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анкетирование родителей вновь прибывших детей «Давайте познакомимся».</li> <li>2. Групповое родительское собрание «Задачи воспитания и обучения на учебный год»</li> <li>3. Оформление наглядной агитации: «Уголок для родителей»; режим дня; сетка занятий; 4. Консультации «Возрастные психологические особенности дошкольника», «Как преодолеть капризы».</li> <li>4. Совместный досуг «Вот и стали мы на год взрослее».</li> <li>5. Рекомендации по закаливанию для ослабленных детей.</li> </ol>	Собрание, беседа, рекомендации, анкета
октябрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анкетирование родителей с целью</li> </ol>	Памятка, буклет,

	<p>выявления запросов, интересов и пожеланий при организации образовательных и воспитательных услуг в детском саду.</p> <p>2. Оформление наглядной агитации «Это интересно», «Уголок здоровья».</p> <p>3. Совместное изготовление нестандартного оборудования «Чудесные превращения»</p> <p>8. Спортивное развлечение «Осень золотая, в гости зашагала».</p>	изготовление нестандартного оборудования из природного материала
ноябрь	<p>Открытое занятие : «Физическое воспитание ребенка в ДОУ и в семье».</p> <p>Консультация для родителей: «Как провести выходные с ребенком»</p>	<p>Картотека подвижных игр на улице.</p> <p>Практические занятия</p>
декабрь	<p>4. Консультация: «Профилактика гриппа, ОРЗ», «Точечный массаж при ОРЗ»</p> <p>5. Круглый стол «О здоровье всерьез».</p> <p>6. Привлечение родителей к совместному украшению группы к празднику, изготовлению костюмов, новогодних подарков.</p> <p>7. Праздничный новогодний карнавал «К нам шагает Новый год...»</p>	<p>Изготовление атрибутов для зимних досугов и праздников.</p> <p>Картотека подвижных игр в зимнее время года.</p> <p>Игра совместно с детьми</p>
январь	<p>1. Оформление наглядной агитации в группе: «Наши привычки – привычки наших детей»;</p> <p>2. Консультация «Что такое ЗОЖ»; «Как уберечь ребенка от травм».</p>	Беседа, памятка, консультации.
февраль	<p>1. Консультация «Авторитет родителей – необходимое условие правильного воспитания детей»;</p> <p>2. Папки – передвижки: «Растим будущего»</p>	<p>Консультации, совместное проведение праздника детей и родителей, папки передвижки,</p>

	<p>мужчину».</p> <p>3. Фотовыставка «Лучше папы друга нет».</p> <p>4. Физкультурное развлечение « Мой папа – самый лучший»</p>	<p>фотовыставка, физкультурное развлечение.</p>
март	<p>1. Папки – передвижки: «Играем с ребенком дома»; «Об авторитете родителей».</p> <p>2. Консультации: «Воспитание у детей внимания и усидчивости»; «Развитие творчества у детей».</p>	<p>Папки передвижки, консультации, рекомендации с учетом индивидуальных особенностей детей</p>
апрель	<p>1. Консультации: «Воспитание умственной и физической активности в играх и на занятиях»; «Воспитание самостоятельности у детей».</p>	<p>Беседы, консультация</p>
май	<p>«День семьи».</p> <p>Консультации по результатам диагностики и мониторинга.</p>	<p>Беседа, круглый стол, фотогазета</p>

Перспективный план работы с родителями в подготовительной группе

Месяц	Взаимодействие с родителями	Формы работы
Сентябрь	<p>Выступления на родительских собраниях: «Организация работы по физическому воспитанию в ДОУ».</p>	<p>Собрание, беседа, консультация, анкета</p>
октябрь	<p>Консультации по результатам мониторинга и диагностики: «Профилактика нарушения правильной осанки и плоскостопия»</p>	<p>Памятка, буклет</p>
ноябрь	<p>Консультация о физической готовности детей к школьному обучению, особенностях построения режима дня ребенка - дошкольника и младшего школьника, приемах снятия напряжения и способах расслабления для детей.</p>	<p>Картотека подвижных игр на улице. Практические занятия</p>
декабрь	<p>Круглый стол « Важность и богатство физической культуры в физическом и</p>	<p>Картотека подвижных игр в</p>

	психическом развитии ребенка, сохранении его здоровья, ориентировать на традиции ХМАО»	зимнее время года. Игра совместно с детьми
январь	Консультации для родителей «Ребенок и компьютер»	Беседа, памятка
февраль	Спортивный праздник «Вместе с мамой, вместе с папой!»	Совместное проведение праздника детей и родителей
март	Рекомендации «Счастливый выходной день!»	рекомендации с учетом индивидуальных особенностей детей
апрель	Круглый стол « Инструкция о наиболее успешном для укрепления здоровья детей отдыхе летом»	Круглый стол, беседа, рекомендации, презентация
май	Консультации по результатам диагностики и мониторинга.	Беседа, круглый стол, фотогазета

## **2.2. Направления работы клуба**

- Формирование физкультурно-оздоровительного климата в семье;
- работа с родителями;
- совместная работа с детьми и родителями;
- повышение педагогической компетенции родителей;
- оказание помощи семье нуждающейся в этом;
- пропаганда ЗОЖ в семье.

## **2.3. Темы, реализуемые в ходе работы клуба**

- физкультурно – оздоровительные
- социально – правовые
- досуговые

## **2.4. Формы работы с родителями**

### **Традиционные:**

- подвижные игры;
- круглые столы, дискуссии;
- семинары – практикумы;
- деловая игра;
- мастер – классы;
- консультации.

### **Нетрадиционные:**

- сайт детского сада
- сайт педагога
- Обсуждение вопросов в группе по средством программы «Viber»
- медиатека .

## **2.5. Работа клуба организована по этапам:**

### **- Подготовительный (диагностический).**

**Цель:** заинтересовать и побудить родителей включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни, узнать как можно больше о ДООУ, которые посещает их ребенок.

**Формы работы:** анкетирование, беседы, занятия совместно с родителями

**Результат работы:** сформированная у родителей к повышению педагогической компетентности.

### **- Просветительский.**

**Цель :** совершенствование содержания и образования в д/саду в соответствии с реализуемой программой развития «Формирование здорового образа жизни в совместной деятельности с семьей»:

**Формы работы:** подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; распространение лучшего опыта семейного воспитания; подбор литературы по ЗОЖ ; подчеркивание роли отца в

воспитании детей; проведение семейных праздников, акций, «Дня открытых дверей», с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей; обогащение совместной деятельности родителей и детей в формировании участков для двигательной активности.

**Результат работы:** получение родителями основ педагогических знаний в области физического развития детей.

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. План работы по организации программы**

Работа семейного клуба «Моя семья за ЗОЖ» рассчитана на 3 года.

Численность родителей в клубе составляет 20 человек.

Программа предполагает проведение одного мероприятия в три месяца, во вторую половину дня.

Продолжительность занятия 50 минут.

В год предусмотрено – три мероприятия.

В начале года и конце года проводится анкетирование.

#### **3.2. Календарный график**

Средняя группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1.	«Возрастные особенности детей в средней группе»	1. Анкетирование родителей «Для выявления запросов, интересов, пожеланий родителей» 2. Круглый стол «Возрастные особенности детей в средней группе» 3. Альбом «Моя семья» с фотографиями семей	ноябрь

		4.Консультация для родителей. «Психологические и возрастные особенности детей четвертого года жизни»	
2.	«Методика лечебной «волшебной» физкультуры»	1.Совместное изготовление нестандартного оборудования 2.Практическое занятие с использованием нестандартного оборудования	февраль
3.	« Всея семьёй Спортландию»	Семейный спортивный праздник.	апрель

#### Старшая группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1	«Закаливание: преграда всем простудам»	1. Анкетирование родителей «Что я знаю о закаливании» 2. Рекомендации «Распорядок дня в осенне-зимний период времени» 3. семинар - практикум на тему: «Закаливание: преграда всем простудам».	ноябрь
2.	«Нестандартное оборудование для двигательной активности детей»	1.Совместное изготовление нестандартного оборудования. 2.Практическое занятие	февраль
3.	« Один день в детском саду»	Семейный спортивный праздник.	апрель



## Подготовительная группа

№	Тема	Форма проведения	Месяц
1.	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	1. Мастер-класс по профилактике нарушения осанки и плоскостопия	ноябрь
2.	«Роль подвижных игр в развитии и воспитании ребёнка»	1. Презентация «Роль подвижной игры в развитии и воспитании ребенка» 2. Памятка «Чем занять ребенка дома?»	февраль
3.	«Вместе с мамой, вместе с папой»	Семейный спортивный праздник.	апрель

### 3.3. Материально – техническое обеспечение

1. Мультимедийная система , ноутбук.
2. Методическая и познавательная литература.
3. Карточки подвижных и малоподвижных игр.
4. Канцелярия ( ручки , бумага).

### Список используемой литературы:

1. Конвенция ООН «О правах ребенка» // Международные Конвенции и Декларации о правах женщин и детей. Сборник универсальных и региональных международных документов. М.: Гарант, 1997. С. 29 - 46.
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ).
3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г., 22 августа, 21 декабря 2004 г., 26, 30 июня 2007 г., 23 июля 2008 г., 28 апреля, 3 июня, 17 декабря 2009 г.).
4. Федеральный закон "Об образовании" от 10.07.1992 N 3266-1// Российская газета, N 13, 23.01.1996. Айзман Р.И. Здоровье населения России: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты его формирования Р.И. Айзман. - Новосибирск, 1996.- 128 с.
5. Арнаутова Е.П., Иванова В.М. Общение с родителями: Зачем? Как? / Е.П. Арнаутова, В.М. Иванова. - М., 1993. - 208 с.
6. Арнаутова Е.П. В гостях у директора: беседы с рук. дошк. учреждения о сотрудничестве с семьей/ Е.П. Арнаутова.- М.: Линка-Пресс,2004.- 206 с.
7. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье / И.И. Брехман // Вестник АН СССР. - 1987. - №8. - С.92 - 98.
8. Вместе с семьей: пособие по взаимодействию дошкольных образовательных учреждений и родителей / под ред. Т.Н. Дороновой. - М.: Просвещение, 2005 - 191 с.
9. Горячев В. Здоровье - категория педагогическая / В. Горячев // Народное образование, 1999, №9 - С. 219-231.
10. Гундаров И.А. и др. Медико-социальные проблемы формирования ЗОЖ / И.А. Гундаров, Н.В. Киселев, О.С. Копина. - М.: Академия, 2009. - 120 с.
11. Давыдова О.И. Работа с родителями в детском саду: Этнопедагогический подход / О.И. Давыдова. - М.: ТЦ Сфера, 2005. -144 с.

12. Доронова Т.Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого-педагогической культуры родителей / Т.Н. Доронова // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. - С. 63.
13. Дубровский В.И. Валеология здорового образа жизни / В.И. Дубровский. - М.: Флинта; Retorika., 2006. - 137 с.
14. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней / В.В. Марков. - М.: Академия, 2004. - 320 с.
15. Зверева О.Л. Семейная педагогика и домашнее воспитание детей раннего и дошкольного возраста / О.Л. Зверева. - М.: ТЦ Сфера, 2000. - 256 с.
16. Зверева О.Л., Кротова Т.В. Родительские собрания в ДОУ / О.Л. Зверева, Т.В. Кротова. - М.: Айрис-Пресс, 2009. - 128 с.
17. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника / Е.С. Евдокимова. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 96 с.
18. Кареева Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы / Т.Г. Кареева. - Волгоград: Учитель, 2010. - 170 с.
19. Кротова Т.В. Основные направления методической работы в ДОУ по взаимодействию с семьей / Т.В. Кротова // Научные труды МПГУ. Серия: Психолого-педагогические науки. Сб. статей. - М.: «Прометей» МПГУ, 2004. С. 56 - 69.
20. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание / Т.А. Куликова. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 232 с.
21. Лесгафт П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение / П.Ф. Лесгафт. - М.: Педагогика, 1991. - 176 с.
22. Мудрик А.В. Социальная педагогика / А. В. Мудрик. - М, - «Академия», - 2000, - 200 с.
23. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина. - М.: «Академия», 2005.- 456с.

## Аналитическая справка

Наша деятельность с родителями по формированию ЗОЖ у детей осуществлялась в соответствии с программой ДОУ.

Работа началась с диагностики, которая включала в себя анкетирование родителей;

Анкетирование родителей старшей группы (текст анкеты, разработанной М.А. Смирновой, в Приложении 1), в котором приняло участие 10 человек родителей, дети которых начали посещать наше ДОУ в 2013 г., то есть ранее не участвовали в программе ДОУ. Анкетирование показало, что состояние здоровья своего ребенка как хорошее оценивают 60 % родителей, 20 % оценивают как нормальное; 20 % - как плохое.

Состояние здоровья своего ребенка проверяют раз в месяц - 0; раз в полгода - 30 %; раз в год - 70 %; никто не считает, что в этом нет необходимости.

Физкультурой и спортом постоянно занимаются 20 % родителей; часто - 30 %; очень редко - 30 %; не занимаются - 20 %.

Занимается физкультурой и спортом постоянно 20 % детей; часто - 20 %; очень редко - 40 %; не занимаются - 20 %.

Считают недопустимым употребление спиртных напитков - 0; возможным умеренное употребление во время праздников - 70 % считают это недопустимым в присутствии ребёнка - 30 %.

Курение считают вредной привычкой все родители; 30 % из них считают, что недопустимо курить в присутствии ребёнка.

Свое питание считают рациональным только 20 % родителей, 70 % - считают нерациональным; 10 % затрудняются ответить.

Питание своего ребенка считают рациональным 60 % родителей; 30 - считают нерациональным; 10 % затрудняются ответить.

Для ребенка предпочитают отдых на море 30 % родителей; дома - 20 %; в санатории - 10 %; в деревне - 40 %.

Досуг проводят у бабушки 20 % детей; гуляют во дворе с родителями -

60 %; смотрят телевизор - 20 %; со сверстниками - 0%.

Знают, что значит вести здоровый образ жизни, 70 % родителей; нет - 20 %; затрудняются ответить - 10 %.

Знания о здоровом образе жизни родители получают из специальных книг по воспитанию дошкольников - 10 %; из средств информации 90 %.

Здоровый образ жизни своим детям прививают только 60 % родителей. Они делают это с помощью бесед, личным примером, совместно.

Таким образом, исследование показало, что работа по формированию здорового образа жизни у детей ведётся чуть больше, чем в половине семей. Многие дети не занимаются спортом, неправильно питаются, наблюдают, как родители курят и употребляют спиртные напитки, ведут неподвижный образ жизни.

Мы подключили к участию в программе по формированию здорового образа жизни детей родителей, принявших участие в анкетировании.

В работе с родителями реализовывалось комплексное применение традиционных и нетрадиционных форм непосредственного и дистанционного взаимодействия. Были использованы методы работы с родителями с дополнительной целью - повышения их личной заинтересованности в формировании ЗОЖ детей.

Были проведены мероприятия согласно плана работы с родителями.

В ходе проведенной работы по использованию выбранных методов работы с семьей выяснилось, что использование данных методов работы с семьей повышает активность родителей в совместной с педагогом деятельности по формированию здорового образа жизни детей.

Повысился не только формальный уровень посещения родителями мероприятий, проводимых в традиционной форме (родительских собраний, педагогических бесед и т.д.), но и заметно возросла их готовность к применению полученных знаний. В частности к выполнению требований педагога, способствующих оздоровлению детей и поддержанию режимных моментов ДОУ.

Родители стали более активными участниками жизни группы и ДОО. Они действительно стали единомышленниками и партнерами в деле формирования и развития здорового образа жизни детей. Это можно посмотреть Приложении № 2, 3.

Таким образом, представляется возможным утверждать, что работа ДОО по повышению ДОО с родителями по формированию здорового образа жизни дошкольников будет эффективной, если

- она будет строиться на основе сотрудничества;
- методы работы с родителями будут способствовать их личной заинтересованности в её результатах, что подтверждает гипотезу исследования.

## Приложение 1

### Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»

1. Как Вы оцениваете состояние здоровья своего ребенка?

- а) хорошее
- б) нормальное
- в) плохое

2. Как часто Вы проверяете состояние здоровья своего ребенка?

- а) раз в месяц
- б) раз в полгода
- в) раз в год
- г) в этом нет необходимости

3. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

- а) постоянно
- б) часто
- в) очень редко
- г) не занимаюсь

4. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?

- а) постоянно
- б) часто
- в) очень редко
- г) не занимается

5. Как Вы относитесь к употреблению спиртных напитков?

- а) считаю недопустимым
- б) возможно умеренное употребление во время праздников
- в) это недопустимо в присутствии ребёнка
- г) не считаю это проблемой

6. Как Вы относитесь к курению?

- а) это вредная привычка

б) это недопустимо в присутствии ребёнка

в) не считаю это проблемой

7. Считаете ли Вы свое питание рациональным?

а) да

б) отчасти

в) нет

г) затрудняюсь ответить

8. Считаете ли Вы питание своего ребенка рациональным?

а) да

б) отчасти

в) нет

г) затрудняюсь ответить

9. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?

а) на море

б) дома

в) в санатории

г) в деревне

д) другое

10. Как Ваши дети проводят досуг?

а) у бабушки

б) гуляют во дворе

в) смотрят телевизор

г) с друзьями

11. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?

а) да

б) нет

в) затрудняюсь ответить

12. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

а) из специальных книг



б) из средств информации

в) из бесед

г) в школе

13. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?

а) да

б) затрудняюсь ответить

14. Если прививаете, то, каким образом?

а) с помощью бесед

б) личным примером

в) совместно

#### Анкета для родителей

1. Считаете ли Вы полезным Семейный клуб «Моя семья за ЗОЖ»?

Да

Нет

2. Помог ли Вам Семейный клуб «Моя семья за ЗОЖ» узнать лучше своего ребенка?

Да

Нет

Не знаю

3. Вы считаете, что достаточно знаете о том, как воспитать интерес к спорту у ребенка ?

Да

Нет

4. Что бы Вы еще хотели обсудить на заседаниях Семейного клуба «Моя семья за ЗОЖ»?

5. Ваши предложения.

#### Анкета для родителей «Изучение потребностей родителей»

##### **Уважаемые родители!**

Для выявления Ваших запросов, интересов, пожеланий при организации образовательных и воспитательных услуг в дошкольном учреждении просим Вас ответить на следующие вопросы:

1. Ф.И. ребёнка \_\_\_\_\_

2. Дата рождения \_\_\_\_\_

3. На что, по Вашему мнению, должно быть направлено воспитание и образование Вашего ребёнка в детском саду (выделить 2-3 пункта)

- на общее развитие

- на подготовку к школе
  - по развитию художественно-эстетического вкуса (музыкальная, изобразительная, театрализованная деятельность)
  - на приобщение к русской национальной культуре
  - на воспитание экологической культуры
4. Какие кружки, клубы хотел бы посещать Ваш ребёнок во время его пребывания в детском саду
- рисование
  - кружок спортивно – оздоровительной направленности
  - бисероплетение
  - лепка из теста
  - экологический кружок
  - театральная студия
  - другое (перечислите конкретно):
- 
5. Отметьте темы, которые Вы хотели бы обсудить на встрече с педагогами в будущем учебном году
- Что должен знать и уметь ребёнок при поступлении в 1 класс школы
  - Как подготовить ребёнка к школе
  - Как воспитать здорового ребёнка
  - Защита прав и достоинства маленького ребёнка
  - Воспитываем в ребёнке самостоятельность
  - Как развить физические качества у детей
  - Как уберечь ребёнка от несчастного случая
  - Как правильно общаться с детьми
  - «Шустрики» и «Мямлики»
  - Что должен уметь ребёнок этого возраста
  - Развитие речи ребёнка Вашего возраста
  - О культуре поведения
6. Что бы Вы хотели изменить в жизни детского сада:
- в образовательном процессе
  - в воспитательном процессе
  - в работе с родителями
7. Желаете ли Вы получить консультацию по вопросам воспитания ребёнка:
- психолога
  - инструктора по физической культуре
  - педагога
  - другого специалиста
  -

**Спасибо за сотрудничество!**

Анкета для родителей «определение затруднений родителей в вопросах воспитания и развития детей»

Уважаемые родители!

Для достижения взаимопонимания в вопросах воспитания и развития детей, а также оказания вам при необходимости профессиональной помощи специалистами и педагогами дошкольного образовательного учреждения, которое посещает ваш ребенок, предлагаем вам ответить на вопросы данной анкеты.

1. Укажите возраст вашего ребенка

\_\_\_\_\_.

2. Следите ли вы за статьями в журналах, программами радио и телевидения по вопросам воспитания и развития детей? (укажите название)

\_\_\_\_\_

3. Читаете ли вы специальную литературу на данную тему? (укажите название книг)

\_\_\_\_\_

4. Определите уровень своего доверия дошкольному образовательному учреждению в вопросах воспитания и развития ребенка (нужное подчеркнуть):

- доверяю;
- трудно сказать;
- не

доверяю \_\_\_\_\_

5. Испытываете ли вы трудности в воспитании ребенка?

\_\_\_\_\_

6. Есть что-то, что мешает вам в осуществлении воспитания ребенка (нужное подчеркнуть):

- ничего не мешает;
- несогласованность действий взрослых в семье;
- отстраненность кого-либо из взрослых от воспитания;
- нехватка педагогического опыта;
- трудности в выборе методов воздействия на ребенка;
- собственная неуравновешенность;
- 

другое \_\_\_\_\_

7. Каких воспитательных навыков, на ваш взгляд, вам не хватает (нужное подчеркнуть):

- умение строить бесконфликтные взаимоотношения с ребенком;
- создавать условия для содержательной совместной деятельности с ребенком;
- общаться, понимать мотивы детского поведения;

другое \_\_\_\_\_

8. Помощь, каких специалистов дошкольного образовательного учреждения вы хотели бы получить:

- воспитателя;
  - педагога-психолога;
  - дефектолога, учителя-логопеда;
  - музыкального руководителя;
  - инструктора по физической культуре;
  - другого специалиста (указать)
-

Приложение 2

вопросы №	2013				2014				2015			
	А %	Б%	В%	Г %	А%	Б%	В%	Г %	А%	Б%	В%	Г%
1. Как Вы оцениваете состояние здоровья своего ребенка?	60	20	20		70	20	10		70	30	0	0
2. Как часто Вы проверяете состояние здоровья своего ребенка?	0	30	70		70	30	0	0	80	20	0	0
3. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?	20	30	30	20	20	40	30	10	40	60	0	0
4. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?	20	20	40	20	40	40	20	0	40	60	0	0
5. Как Вы относитесь к употреблению спиртных напитков?	0	70	30	0	0	80	20		20	50	30	0
6. Как Вы относитесь к курению?	30	70	0	0	20	80	0	0	10	90	0	0
7. Считаете ли Вы свое питание рациональным ?	20	0	70	10	20	0	70	10	30	70	0	0
8. Считаете ли Вы питание своего ребенка рациональным ?	30	20	10	40	30	20	20	30	40	60	0	0
9. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?	20	60	20	0	40	20	40	0	40	0	60	0
10. Как Ваши	70	20	10	0	60	30	10	0	70	30	0	0

дети проводят досуг?												
11. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?	70	0	30	0	70	0	30	0	80	0	20	0
12. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?	10	90	0	0	20	70	10	0	20	70	10	0
13. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?	60	40	0	0	40	60	0	0	80	20	0	0
14. Если прививаете, то, каким образом?	60	30	10	0	50	40	10	0	40	30	30	0

Приложение 3

