

## **ПЛАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАТЕЛЯ**

**Родительский клуб «Расти здоровым, малыш!»  
как инновационная форма организации  
взаимодействия дошкольного образовательного  
учреждения и семьи в вопросах формирования у  
дошкольников основ здорового образа жизни  
(совместные физкультурные занятия  
родителей с детьми)**

Разработали:  
воспитатель  
Проваренко Светлана Салаватовна

г. Нижневартовск, 2019г.

## Содержание

I		Паспорт программы	3
II		Пояснительная записка.	4
III		Основная деятельность детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	4
IV		Цели и задачи реализации детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	4
V		Ожидаемый результат реализации детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»:	5
VI		Основные принципы реализации детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»:	5
VII		Формы организации заседаний детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	5
VIII		Содержание программы.	6
	8.1	План работы клуба на 2019-2020 учебный год (1 младшая группа)	6
	8.2	План работы клуба на 2020-2021 учебный год (2 младшая группа)	6
	8.3	План работы клуба на 2021-2022 уч.год (средняя группа)	7
	8.4	План работы клуба на 2022-2023 уч.год (старшая группа)	7
	8.5	План работы клуба на 2023-2024 уч.год (подготовительная группа)	8
IX		Оценка эффективности реализации детско – родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	9
	9.1	Оценка физической подготовленности дошкольника.	9
	9.2	Оценка уровня представлений о здоровье и сформированности у детей потребности в здоровом образе жизни.	14
	9.3	Мониторинг состояния детей	18
	9.4	Мониторинг состояния здоровья	19
	9.4	Критерии эффективности реализации программы детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	19
		Приложение	
		Результаты реализации детско – родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»	

### **Актуальность выбранной темы.**

Огромная ценность каждой семьи – это здоровые дети. Вырастить свое чадо здоровым, крепким, сильным, умным – это обычное желание каждого родителя. Во многих семьях, как показывают результаты моих наблюдений, бесед, анкетирования, наблюдается некомпетентность родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, формирование у них начальных представлений о здоровом образе жизни

И поэтому одной из основных задач работы нашего детского сада является, формирование потребностей здорового образа жизни детей через организацию семейного клуба.

Необходимо повышать педагогическую компетенцию родителей и уделить внимание на некоторые аспекты:

- уметь оценивать критерии гармонического развития ребенка;
- обеспечить ребенку четкий распорядок дня, чередование активности и отдыха, системность и регулярность двигательной деятельности и подвижных игр как каркас жизнедеятельности и полноценного развития ребенка
- для укрепления и сохранения здоровья, формирования начальных представлений о здоровом образе жизни ребенка в семье необходимо использовать совокупность мероприятий по закаливанию, организации физического развития, активного отдыха ребенка как можно с раннее;
- с раннего возраста необходимо прививать ребенка к соблюдению основных элементов здорового образа жизни: выполнение правил гигиены, занятия спортом, осмысленно относиться к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих.

Взаимодействие с семьей воспитанников является одним из важных условий организации деятельного воспитательного процесса в детском саду. В дошкольных учреждениях используются различные формы работы с семьями. Но проблема в том, что многие родители не всегда приходят на встречи с педагогами, а в случае если они и приходят, то зачастую выступают в роли зрителей и редко в качестве участников. Для того чтобы родители стали помощниками педагогов, встает вопрос вовлечь их в жизнь детского сада. Родительский клуб – наиболее сообразная для этого форма сотрудничества, которая позволяет установить результативное и единое направление взаимодействия ДООУ и семьи.

Работа клуба направлена на поиск участниками образовательного процесса эффективных путей укрепления здоровья ребенка и стремления воспитанников и их родителей к здоровому образу жизни; на организацию волонтерского движения в детском саду, как нетрадиционную форму приобщения дошкольников к систематическим занятиям физкультурой и спортом, на поиск решения проблемы социально-личностного воспитания детей путём использования потенциала дошкольного образовательного учреждения.

### **III. Основная деятельность детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»**

Основными направлениями деятельности детско - родительского клуба являются:

**Информационно-просветительское** (обеспечение родителей информацией; организация работы клуба с коллективом родителей; индивидуально-педагогическая помощь; использование разнообразных средств актуальной информации для родителей, разработка и реализация нетрадиционных форм взаимодействия с родителями);

**Организационно-посредническое** (вовлечение родителей в образовательный процесс детского сада);

**Организационно-педагогическое** (Осуществление консультационной помощи родителям (законным представителям) по проблемам сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, разработка рекомендаций по созданию условий в домашней среде для полноценного физического и развития детей, вовлечение родителей в совместную с детьми и педагогами деятельность в клубе, участие в досуговых, оздоровительных мероприятиях, оказание посильной помощи ДОУ).

**Инновация** заключается в том, что программа детско –родительского клуба «Расти здоровым малыш!» рассчитана для детей начиная с 1 младшей группы до подготовительной, на 5 лет.

### **IV. Цели и задачи реализации детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»**

**Цель** - привлечение родителей к сотрудничеству с коллективом детского сада через организацию семейного клуба, с целью построения единого подхода в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, формирование у них начальных представлений о здоровом образе жизни.

#### **Задачи:**

- 1.Обобщать и систематизировать знания детей и родителей о здоровом образе жизни.
- 2.Повышать психолого-педагогическую компетенцию родителей, выявлять положительный опыт семейного воспитания.
- 3.Укреплять детско-родительские отношения.
4. Формировать активную позицию родителей по отношению к процессу воспитания ребёнка в единстве с требованиями педагогического коллектива и учётом индивидуальных и возрастных способностей ребёнка;
5. Способствовать развитию творческой инициативы родителей

**V. Ожидаемый результат реализации детско - родительского клуба  
«Расти здоровым, малыш!»:**

1. Приобщение к здоровому образу жизни;
2. Повышение педагогической компетентности родителей в области физического воспитания;
3. Осознание взрослыми и детьми понятия "здоровье" и влияние образа жизни на состояние здоровья;
3. Гармонизация детско – родительских отношений.
4. Родители примут активную позицию по отношению к процессу воспитания ребёнка в единстве с требованиями.
5. Активное участие родителей в акциях, конкурсах, мероприятиях по плану детско-родительского клуба.

**VI. Основные принципы реализации детско - родительского клуба  
«Расти здоровым, малыш!»:**

1. Добровольность
2. Компетентность
3. Соблюдение педагогической этики
4. Сотрудничество
5. Конфиденциальность

**VII. Формы организации заседаний детско - родительского клуба  
«Расти здоровым, малыш!»**

- совместные физкультурные занятия;
- организация онлайн конкурсов;
- фотовыставки;
- презентация информационных буклетов;
- акции;
- беседы;
- викторины;
- анкетирование;
- проведение мастер-классов, семинаров-практикумов, тренингов;
- дискуссии

**Интеграция образовательных областей:**

- Познавательное развитие
- Социально-коммуникативное развитие
- Речевое развитие
- Художественно-эстетическое развитие
- Физическое развитие

### **VIII. Содержание программы.**

Разработанная программа предусматривает проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий ежегодно начиная с 1 младшей группы до подготовительной к школе (с сентября по май), которые проводятся 1 раз в месяц. Мамы, папы, педагоги и дети - активные участники заседаний клуба, которые проходят в увлекательной игровой форме, что позволяет родителям реализовать свой творческий потенциал и научиться вместе с детьми многим полезным вещам.

#### **8.1. План работы клуба на 2019-2020 учебный год (1 младшая группа)**

<b>№</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>месяц</b>
	«Выходные с зарядкой с воспитателями»	Ноябрь
	«Физкультура с мамой» (совместные физкультурные занятия)	Декабрь
	«Зимняя прогулка в детском саду» - создание условий на участке ДОУ	Декабрь
	«Выходные с зарядкой с воспитателями» совместно со средней группой	Январь
	Фотовыставка «Спортивное хобби моей семьи»	Февраль
	«Парад малышей на 23 февраля»	Февраль
	Семинар-практикум «С пальчиками играем, речь развиваем»	март
	О	Апрель
	«С папой, мамой мы играем в мяч» видео отчеты	Май

#### **8.2. План работы клуба на 2020-2021 учебный год (2 младшая группа)**

<b>№</b>	<b>наименование</b>	<b>месяц</b>
	Виртуальный марафон здоровья	Октябрь
	«Зарядка вместе с родителями»	Ноябрь
	Конкурс стенгазет «Мы за ЗОЖ»	Декабрь
	Мои спортивные каникулы	Январь
	Челендж «Зарядка с папой»	Февраль
	Участие в акции «Активное утро»	Апрель
	«В детский мы едем на самокате и велосипеде»	Май

#### **8.3. План работы клуба на 2021-2022 уч.год (средняя группа)**

<b>№</b>	<b>наименование</b>	<b>месяц</b>
1	<b>Анкета для родителей «Условия здорового образа жизни в семье».</b>	<b>Сентябрь</b>
2	Участие в <b>онлайн конкурсе «Олимпийские надежды»</b>	Октябрь
3	<b>Папка- ширма. «Комплекс утренней гимнастики дома»</b>	Октябрь
4	<b>Выставка рисунков «Мой выходной день»</b>	ноябрь
5	<b>Конкурс «Спортивный фотоальбом моей семьи»</b>	Декабрь
6	«Мои спортивные каникулы»	Январь
7	<b>Игротека «Придумай потешку»</b>	январь
8	Кинезиология с ребенком дома	Февраль
9	<b>Видео-конкурс «Вместе с папой на зарядку становись!»</b>	Февраль
10	«Я играю целый день, мне играть совсем не лень».	Март
11	<b>Фотовыставка «Вместе с мамой не ленюсь, физкультурой я займусь»</b>	март
12	<b>Онлайн-марафон «Всемирный день здоровья»</b>	Апрель
13	Участие в <b>акции «Активное утро»</b>	Апрель
14	<b>Консультация для родителей «Играем вместе! Игры полезные и интересные дома»</b>	Апрель
15	<b>Консультации для родителей «Как выбрать спортивную секцию»</b>	Май
16	<b>Консультация «Активный отдых летом»</b>	Май

#### **8.4. План работы клуба на 2022-2023 уч.год (старшая группа)**

<b>№</b>	<b>наименование</b>	<b>месяц</b>
1	<b>Конкурс стенгазет «Мое спортивное лето!»</b>	Сентябрь
2	<b>Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья</b>	Октябрь
3	<b>Фотоконкурс «Мы - спортивная семья»</b>	Октябрь
4	<b>Мастер-класс «Дорожки здоровья своими руками»</b>	ноябрь
5	<b>Консультация на тему «Активный детский отдых зимой».</b>	Декабрь
6	<b>Семинар-практикум, познакомить родителей с любимыми играми детей «Игры, в которые играют взрослые и дети»</b>	Январь
7	<b>Конкурс рисунков «Зимние виды спорта»</b>	январь
8	<b>Консультация «Домашний «стадион»</b>	Февраль
9	<b>Викторина для родителей «Спорт – это жизнь!»</b>	Февраль

10	<b>Конкурс</b> на лучшее нестандартное оборудование, изготовленное своими руками	Март
11	<b>Консультация</b> «Влияние спортивных привычек на здоровье ребенка»	март
12	<b>Онлайн-марафон</b> «Всемирный день здоровья»	Апрель
13	Участие в <b>акции</b> «Активное утро»	Апрель
14	Участие в <b>онлайн конкурсе</b> «Олимпийские надежды»	Апрель
15	<b>Консультация</b> для родителей «Игры с мячом»	Май

### 8.5. План работы клуба на 2023-2024 уч.год (подготовительная группа)

№	наименование	месяц
1	<b>Консультация</b> «Организация физкультурно-оздоровительной работы дома»	<b>Сентябрь</b>
2	<b>Рекомендации</b> «Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в домашних условиях»	Октябрь
3	<b>Консультация, мастер-класс</b> «Осанка вашего ребёнка».	Октябрь
4	Участие в <b>онлайн конкурсе</b> «Олимпийские надежды»	ноябрь
5	<b>фотовыставку о здоровом образе жизни «Зимние забавы - как зимою закаляюсь, как играю, развлекаюсь!»</b>	Декабрь
6	<b>Конкурс рисунков на спортивную тематику – «Как мы отдыхаем».</b>	Январь
7	<b>Физкультурное занятие-семинар</b> для родителей с детьми «Я здоровым быть хочу!»	январь
8	<b>Турпоход</b> «Лыжи для здоровья»	Февраль
9	<b>Конкурс стенгазет</b> «Спортивная азбука»	Февраль
10	<b>Конкурс детских проектов</b> «Мой любимый вид спорта»	март
11	<b>Онлайн-марафон</b> «Всемирный день здоровья»	Апрель
12	Участие в <b>акции</b> «Активное утро»	Апрель
13	<b>Круглый стол(обмен опытом)</b> «Как повысить мотивацию ребенка к физической активности?»	Апрель
14	<b>Анкетирование</b> «Удовлетворенность работой ДОУ по физическому развитию и оздоровлению детей»	Май
15	<b>Спортивный праздник</b> «Мама, папа, я - спортивная семья»	Май



## IX. Оценка эффективности реализации детско – родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»

### 9.1. Оценка физической подготовленности дошкольника.

1. Модифицированная методика оценки физического развития физической подготовленности дошкольников Н. Лесковой, Л.Г. Ноткиной
2. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы»

В соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре примерной основной общеобразовательной программы (приказ №655 от 23.11.2009г.) на городском методическом объединении рассматривался вопрос о мониторинге физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы предполагает *мониторинг промежуточных результатов* освоения программы и *оценку итоговых результатов* ее освоения.

Мониторинг, за физическим развитием, проводится по разработанным листам оценки, соответствующим возрастной группе, которую посещает ребенок. Так, если работа в группе ведется в соответствии с задачами развития к концу пятого года жизни (средняя группа), мониторинг должен проводиться по листам оценки «к концу пятого года жизни».

Если тот или иной показатель сформирован у ребенка и соответственно наблюдается в его деятельности, правильно выполняются все основные элементы движения, педагог ставит уровень «**высокий**» (3 балла). Если тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво, ребенок справляется с большинством элементов техники, допуская незначительные ошибки, ставится оценка «**средний**» (2 балла). Эти оценки отражают состояние нормы развития и освоения программы. Если тот или иной показатель не проявляется в деятельности ребенка (ни в совместной со взрослым, ни в самостоятельной деятельности), возможно создание специальных ситуаций, провоцирующих его проявление (воспитатель может предложить соответствующее задание, попросить ребенка что-либо сделать и т.д.). Если же указанный показатель не проявляется ни в одной из ситуаций или при выполнении упражнения ребенком допускаются значительные ошибки, ставится оценка «**низкий уровень**» (1 балл).

Результаты мониторинга к концу каждого психологического возраста интерпретируются следующим образом.

Преобладание оценок «**высокий уровень**» свидетельствует об успешном освоении детьми требований основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Если по каким-то направлениям преобладают оценки «**средний уровень**», следует усилить индивидуальную педагогическую работу с ребенком по данным направлениям с учетом выявленных проблем в текущем и следующем учебном году, а также взаимодействие с семьей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Если по каким-то направлениям присутствуют оценки «**низкий уровень**», процесс мониторинга переходит на второй уровень, предполагает: проведение комплексного психологического диагностического обследования. Оно должно проводиться

инструктором по физической культуре и педагогом-психологом. По результатам оценки составляются индивидуальные программы и рекомендации по педагогической и психологической коррекции развития ребенка.

**Периодичность мониторинга** устанавливается образовательным учреждением и должна обеспечивать возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводить к переутомлению воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса.

Содержание мониторинга тесно связано с образовательной программой обучения и воспитания детей.

Общим количеством голосов был принят следующий мониторинг для оценки физического развития физической подготовленности дошкольников для детей 4-7 лет.

## 1. Ходьба

### методика обследования

#### *средний возраст.*

1. Прямое ненапряженное положение туловища и головы.
2. Свободное движение руками от плеча.
3. Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый.
4. Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.

#### *старший возраст.*

1. Хорошая осанка.
2. Свободное движение рук от плеча со сгибанием в когтях.
3. Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
4. Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп.
5. Активное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая)
6. Умение соблюдать различные направления, менять их.

## 2. Бег на скорость (10 метров)

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	<	3,2	>
	Д	<	3,4	>
5	М	<	3,1	>
	Д	<	3,2	>
6	М	<	2,9	>
	Д	<	3,1	>
7	М	<	2,8	>
	Д	<	2,9	>

## методика обследования.

### *средний возраст.*

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки согнуты в локтях
3. выраженный вынос бедра маховой ноги.
4. ритмичный бег.

### *старший возраст.*

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед – внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги.
4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах.
5. Прямолинейность, ритмичность бега.

### Предварительная работа:

*До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, натянутая лента и.т.д.)*

*Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки. Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.*

*Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.*

## 3. Челночный бег (3\*10 м) сек.

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	<	12,7	>
	Д	<	12,4	>
5	М	<	11,3	>
	Д	<	11,6	>
6	М	<	11,2	>
	Д	<	11,3	>
7	М	<	9,7	>
	Д	<	10,1	>

## методика обследования.

### *старший возраст.*

1. Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах.
2. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие.
3. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте.

### Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку (3\*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и.т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

## 4. Прыжки в длину с места (см)

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	70,0 и >	58,0-69,5	57,0 и <
	Д	70,0 и >	60,0-69,0	59,0 и <
5	М	92,0 и >	77,1-91,6	76,0 и <
	Д	87,0 и >	76,2-86,5	75,0 и <
6	М	101,0 и >	86,3-100,0	85,0 и <
	Д	100,0 и >	88,0-99,6	87,0 и <
7	М	113,0 и >	100,0-112,7	99,0 и <
	Д	114,0 и >	98,0-113,4	97,0 и <

## методика обследования.

### *средний возраст.*

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад;

2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вперед- вверх.
3. Полет: руки вперед – вверх; туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко, положение рук свободное.

**старший возраст.**

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх – вперед); выпрямление ног; резкий мах руками вперед верх.
3. Полет: туловище согнуто, голова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед- в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

**5. Бросок набивного мяча (1 кг.) из – за головы, стоя (см.)**

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	>	160,0	<
	Д	>	145,5	<
5	М	>	168,0	<
	Д	>	150,0	<
6	М	>	210,0	<
	Д	>	170,0	<
7	М	>	240,0	<
	Д	>	209,0	<

**методика обследования.**

1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки подняты верх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;
2. податься всем туловищем вперед;
3. туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;
4. Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед – вверх и сделать бросок.

## 6. Гибкость

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	>	1,1	<
	Д	>	1,8	<
5	М	>	3,8	<
	Д	>	6,8	<
6	М	>	3,9	<
	Д	>	7,6	<
7	М	>	5,1	<
	Д	>	7,9	<

### Методика обследования.

1. Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
2. Наклон вперед - вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

### 9.2. Оценка уровня представлений о здоровье и сформированности у детей потребности в здоровом образе жизни.

Диагностические задания для выявления представлений дошкольников 5-7 лет о правилах личной гигиены, о безопасности поведения в окружающей среде, о ценностях здорового образа жизни.

*(по методике В.А. Деркунской «Диагностика культуры здоровья детей»)*

#### Задание № 1

**Цель:** выявление знаний детей, о строении человеческого организма:

1. Игра «Кто что делает?»

Ребёнку предлагают распределить картинки, по группам ( к какому органу нашего тела они имеют отношение?): холодно, горько, громко, свежо, кисло, горячо, тихо, темно, звонко, светло, сладко, больно (глаза ухо, язык, кожа)

#### Задание № 2

**Цель:** выявление умений и навыков у детей правил личной гигиены.

1. Наблюдение:

- соблюдает ли последовательность при умывании.
- пользуется только индивидуальным полотенцем.
- насухо вытирает лицо и руки.
- пользуется носовым платком.
- самостоятельно одевается и раздевается, аккуратно складывает одежду
- следит за внешним видом

- правильно пользуется ложкой вилок ножом, салфеткой.
- тщательно пережевывает пищу с закрытым ртом.
- аккуратно ест (не крошит хлеб, не проливает пищу).
- сохраняет правильную осанку за столом (сидит прямо, не кладёт руки на стол)
- полощет рот после еды.
- стремится к самостоятельности в сфере самообслуживания.

## 2. Дидактическая игра «Правильно – неправильно».

Ребёнок должен отобрать картинки, где мальчик поступает правильно (грызёт зубами орехи, моет руки, чистит зубы, убирает игрушки, моет ноги, облизывает садины; ходит в грязном белье, принимает душ, надевает чистую обувь и т.д.)

### Задание № 3

**Цель:** выявление знаний о безопасности поведения в окружающей среде.

#### 1. Вопросы для собеседования:

- Как ты думаешь, для чего придумали правила безопасности на кухне, с бытовыми приборами, дома? А ты соблюдаешь эти правила?
- Можно ли подходить близко к плите, особенно если на ней варится суп или кипит чайник? Почему?
- Если ты повстречаешься с собакой или кошкой на улице, как ты будешь себя вести?
- Как ты думаешь, улица – это удобное место для игр? Объясни почему?
- Представь, мы спускаемся по лестнице, идём на прогулку. Вдруг один ребёнок толкает впереди идущего. Что может произойти?
- Подумай и скажи, что может случиться. Если человек будет вести оживлённую беседу во время еды, когда пережёвывает пищу?

## 2. Дидактическая игра «Можно – нельзя».

Предложить детям картинки, которые надо разделить на 2 группы:

те, на которых изображены предметы, которыми нельзя пользоваться детям (спички, утюг, зажигалка и т.д.) и те – которыми нужно пользоваться осторожно (иголки, вилки, ножницы и т.д.)

### Задание № 4

**Цель:** выявление знаний у детей о ценностях здорового образа жизни.

#### 1. Индивидуальная беседа с ребёнком:

кого мы называем здоровым?

- Ты заботаешься о своём здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь?
- Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
- Знаешь ли ты, что такое микробы? А как от них защититься?
- Как ты думаешь, опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с таким ребёнком?
- Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь?

## 2. Дидактическая игра «Режим дня».

Ребёнку предлагаются картинки с изображением режимных моментов: (ребёнок готовится ко сну, ( расстилает постель, надевает пижаму); завтракает; принимает пищу вместе с родителями – ужинает; принимает пищу со сверстником за столом; ребёнок на прогулке; рисует; смотрит телевизор; проснулся после дневного сна;

ребёнок проснулся утром дома; ребёнок умывается; причёсывается; чистит зубы; вытирается полотенцем; ребёнок делает зарядку; одевается; раздевается и т.д.). Выложить картинки в правильной последовательности. Обязательно помогать ребёнку уточняющими вопросами: покажи, что ты делаешь дома с утра, когда просыпаешься; положи так картинки, как ты ведёшь себя, когда приходишь в детский сад; это ты пришёл с прогулки или собираешься на прогулку и т.д.

### **Срез знаний «Отношения ребенка к здоровью и здоровому образу жизни»**

**Цель:** изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому образу жизни. Для достижения обозначенной цели используется методика «Неоконченные предложения». Воспитатель приглашает ребенка поиграть. Он начинает предложение, а дошкольник его заканчивает первой пришедшей в голову мыслью.

- Здоровый человек - это...
- Мое здоровье...
- Иногда я болею, потому что...
- Когда я болею, мне помогают...
- Когда у человека что-то болит, то он...
- Я хочу, чтобы я всегда был здоровым, потому что...
- Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...
- Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...
- Если бы у меня была волшебная палочка здоровья, я бы загадал...
- Когда я попадаю в опасную для здоровья ситуацию, то...
- Когда мои друзья болеют, то я...
- Когда мы с мамой идем к врачу, то я думаю...

Между предложениями можно сделать паузу, если ребенок устанет или начнет отвлекаться. Результаты этого своеобразного опроса оформляются в таблицу, согласно критериям: осознание ценности здоровья проявляется у ребенка четко - 3 балла, не проявляется - 1 балл, проявляется избирательно - 2 балла.

#### **«Здоровый человек»**

**Цель:** изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни, особенности знаний детей о здоровье человека.

*Вопросы для собеседования:*

1. Скажи, пожалуйста, как ты понимаешь выражение «здоровый человек»? Кого мы называем здоровым? У нас есть в группе такие дети?
2. Как, по-твоему, быть здоровым - это хорошо или плохо? Почему?
3. А ты заботаешься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь.
4. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
5. Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защититься от них?
6. Как ты думаешь, опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с таким ребенком?
7. Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?



8. Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь?
9. Делаете ли вы дома утреннюю зарядку? Гимнастику для глаз? Обливаются ли вы водой? Как ты думаешь, это вредно или полезно? Почему?
10. Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя? Какие вредные привычки есть в вашей семье?
11. Знаешь ли ты, когда человеку бывает больно? Почему так происходит, как ты думаешь?

### «Человеческий организм»

**Цель:** определить уровень знаний детей о человеческом организме.

*Вопросы для собеседования:*

1. Скажи, пожалуйста, знаешь ли ты, из чего состоит твое тело? (Задание: из элементов дидактической игры «Собери человека» собрать фигуру человека. По ходу игры можно задавать ребенку вопросы: «Что ты сейчас делаешь?», «Как называется эта часть человеческого тела?», «Для чего она нужна человеку?» и др.).
2. Расскажи, что у тебя спрятано под кожей?
3. А как ты думаешь, мог бы человек жить без скелета? Нет? Почему?
4. Зачем человеку мышцы?
5. Что произойдет, если сердце человека перестанет работать?
6. Зачем организму человека нужна кровь?
7. Если бы ты перестал дышать, что бы с тобой произошло?
8. Для чего человеку нужна пища? Расскажи, что с ней происходит, когда она попадает в рот?
9. А где у тебя находится мозг? Зачем он тебе?
10. Скажи, пожалуйста, как ты думаешь, чем человек отличается от животного?
11. А что есть общего у человека, животного и у растения? (Можно использовать наглядность).
12. А как ты думаешь, все ли люди устроены одинаково или каждый по-разному?

### Уровни знаний детей

**Высокий.** Ребенок владеет элементарными знаниями о строении человеческого организма, проявляет активность в общении со взрослым, с интересом отвечает на вопросы. Практически по всем направлениям дает адекватные, однозначные и исчерпывающие ответы, часто проявляя валеологическую эрудированность. Некоторые ответы на вопросы позволяют ребенку продемонстрировать использование валеологических знаний, умений и навыков в реальной практике, в решении конкретных задач. У ребенка чувствуется желание вести здоровый образ жизни. Его представления носят в общем целостный характер.

**Средний.** Ребенок отчасти владеет валеологическими знаниями, какие-то темы позволяют ему быть более активным в общении с воспитателем, он относительно уверенно отвечает на вопросы по теме беседы (но на все и иногда допускает ошибки). Это позволяет сделать вывод о валеологической избирательности ребенка, о разрозненности его представлений. Некоторые ответы на вопросы позволяют

ребенку демонстрировать валеологические знания, однако особенного желания вести здоровый образ жизни у него не наблюдается.

**Низкий.** Ребенок слабо владеет валеологическими знаниями, какие-то разделы позволяют ему быть активным в общении с воспитателем, но чаще всего активность ребенка инициирует педагог, поддерживая его интерес к разговору. На большую часть вопросов ребенок дает неадекватные ответы, допускает множество ошибок, затрудняется отвечать или не отвечает совсем. Развернутость конкретных ответов подчеркивает избирательность ребенка и обнаруживает у него разрозненность валеологических представлений. У ребенка не сформирована валеологическая компетентность, он не подготовлен к решению конкретных валеологических задач.

### 9.3. Мониторинг состояния детей

ФИ О/	Группа здоров ья			Анализ посещаемости			Физическое развитие			Адаптация		
	Учебный год											
	1	2	3	простуд ные	проч ие	отпу ск	Нор мо- соми я	Гипо со- мия	Гипер со- мия	Легк ая степе нь	Сред няя степе нь	Тяже лая степе нь

### 9.4. Мониторинг состояния здоровья

год	количество простудных заболеваний за месяц	количество дней по болезни на 1 ребенка	индекс здоровья	средняя посещаемость
	(случаи)	(дни по простуде/на список)	(неболевшие/на список * 100%)	(детодни/раб.дни)

## 9.5. Критерии эффективности реализации программы детско - родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»

Критерии эффективности подразделяются на:

- количественные: количество проведенных мероприятий; количество родителей принимающих участие;
- качественные: уровень удовлетворенности родителей взаимодействием с детским садом в процессе обучения детей старшего дошкольного возраста игре в шахматы, уровень удовлетворенности родителей проведенными мероприятиями.

### *Показатели количественных критериев эффективности*

<b>Высокий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Низкий уровень</b>
<b><i>Количество проведенных мероприятий</i></b>		
Все мероприятия	Половина мероприятий	Часть мероприятий
<b><i>Количество удовлетворенных родителей принимающих участие</i></b>		
Все родители 100%	80%- 50% родителей	До 49% родителей

**АНКЕТА: «Условия здорового образа жизни в семье»**

1. Можно ли назвать образ жизни в Вашей семье здоровым? (Да, нет)

2. Есть ли в Вашей семье предпочтения в питании? (Да, нет).

Уточните: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Делаете ли Вы утреннюю гимнастику? (Да, нет, иногда)

4. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни? (Да, нет, иногда)

5. Часто ли в течение года болеет Ваш ребёнок? (Да, нет)

6. Используете ли Вы полученные знания о здоровом образе жизни в воспитании Вашего ребёнка? Да, нет, иногда)

7. Воздействуете ли Вы на своего ребёнка для формирования привычки к здоровому образу жизни? (Да, нет, иногда).

Уточните: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Занимаетесь ли Вы закаливанием своего ребенка? (Да, нет, иногда).

Уточните: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. Занимаетесь ли Вы физической культурой вместе со своим ребёнком? (Да, нет, иногда).

Уточните: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10. Какие причины болезней Вашего ребёнка? (Недостаточное физическое воспитание в детском саду, недостаточное физическое воспитание в семье, наследственность). Другие причины:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Справка**

**по удовлетворенности родителями (законными представителями) воспитанников 2 младшей группы №5 работой детско-родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»**

Дата анкетирования: апрель 2021 г.

Цель анкетирования: оценить удовлетворенность родителей работой детско-родительского клуба «Расти здоровым, малыш!»

В анкетировании приняли участие родители 20 воспитанников 2 младшей группы №5:

Родителям предлагалось ознакомиться с утверждениями и оценить каждое, выбрав один из вариантов ответа: ДА, НЕТ, ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ.

Выводы: анализ результатов анкетирования позволил увидеть удовлетворенность родителей не только деятельностью детско-родительского клуба «Расти здоровым, малыш!», но и работой инструктора по физической культуре (Щербининой Т.Л.) и воспитателя (Проваренко С.С.) на **95%**. Родителей интересуют вопросы сохранения физического здоровья детей. Педагог доброжелателен и внимателен к детям, проявляет творчество, активно взаимодействует с родителями воспитанников, используя разнообразные современные формы. Родители готовы к взаимодействию по самым различным аспектам образовательного процесса.

Количественные результаты по ответам родителей представлены в таблице.

№	Вопросы	Да	нет	затрудняюсь ответить
1	Познакомили ли Вас с целями и задачами детско-родительского клуба «Расти здоровым, малыш?»	20 (100%)	-	
2	Получали ли Вы какие-либо рекомендации, советы, консультации по физическому воспитанию ребенка от педагогов?	20 (100%)	-	
3	Обращаете ли Вы внимание на физическое развитие Вашего ребенка?	20 (100%)	-	
4	Выполняете ли Вы дома утреннюю гимнастику вместе с ребенком?	15 (75%)	5 (25%)	
5	Во всех ли мероприятиях клуба Вы приняли участие?	17 (85%)	3 (15%)	
6	Довольны ли вы результатами физического воспитания и развития вашего ребёнка	20 (100%)	-	
7	Довольны ли Вы организаторской работой клуба?	20 (100%)	-	
8	Примите ли Вы участие в работе детско-родительского клуба «Расти здоровым, малыш» в следующем учебном году?	20 (100%)	-	
	<b>итого</b>	<b>19 (95%)</b>	<b>1 (5%)</b>	

Проваренко С.С. \_\_\_\_\_

Щербинина Т.Л. \_\_\_\_\_

**Отчет о работе  
физкультурно-оздоровительного клуба**

## «Расти здоровым, малыш!»

(совместные физкультурные мероприятия родителей с детьми 1,5-3 лет)

за 2019-2020 уч.год

Клуб создан с целью установления сотрудничества МАДОУ и активизации **семьи** в вопросах воспитания детей дошкольного возраста.

**Цель клуба:** Привлечение родителей к сотрудничеству с коллективом

детского сада через организацию семейного клуба, с целью построения единого подхода в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, формирование у них начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- 1.Обобщать и систематизировать знания детей и родителей о здоровом образе жизни.
- 2.Повышать психолого-педагогическую компетенцию родителей, выявлять положительный опыт семейного воспитания.
- 3.Укреплять детско-родительские отношения.
4. Формировать активную позицию родителей по отношению к процессу воспитания ребенка в единстве с требованиями педагога и учетом индивидуальных и возрастных способностей ребенка;
5. Способствовать развитию творческой инициативы родителей

**Основные направления** клуба: оказание медико-психологической помощи, повышение педагогических знаний родителей, пропаганда положительного опыта семейного воспитания, популяризация деятельности ДОУ, профилактика заболеваний, оздоровление детского организма. На заседаниях родители получают квалифицированную консультацию по уходу за ребенком, проблемам воспитания, развития и адаптации в ДОУ, практическую помощь в организации игр и занятий с детьми, высказывают собственное мнение и обмениваются опытом в воспитании детей. Родители посещающие клуб, проявляют интерес и внимание к своим детям, прислушиваются к мнению специалистов и мнению других родителей. Заседания всегда проходят интересно с пользой для взрослых и детей. Педагоги и родители очень рады такому сотрудничеству и надеются на дальнейшую плодотворную работу в течении всего пребывания детей в детском саду.

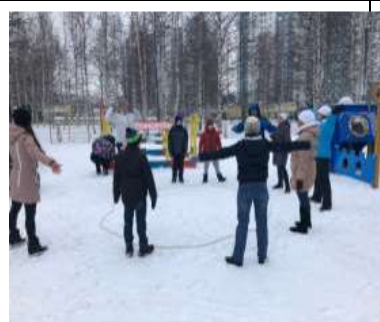
В клубе принимали участие родители 1 младшей группы №4. Родителям был представлен план работы. В течение года проводились мероприятия:

- «Выходные начинаем с зарядки»
- «Развлечение с родителями на 23 февраля
- открытые просмотры утренней гимнастики
- консультирование родителей.

К концу года мы достигли следующих результатов (на май 2020 года):

группа	ср. посещаемость ДОУ	количество дней по простуде на 1 реб.	колич. простудных заболеваний	индекс здоровья
1 мл. гр. №4	18	0,4	13	<b>89,3%</b>

**«Субботняя зарядка»**



**«Зимняя прогулка в детском саду»**





**«Парад малышей на 23 февраля»**



**Он-лайн-конкурс в ДОУ зарядок «Юные спортсмены»**

