**Рабочая программа**

**«Работа с родителями по формированию здорового образа жизни»**

Программу составила: инструктор по ф/к

Игнатова Наталья Георгиевна

2022-2023 учебный год

**Содержание**

**Раздел I**. Целевой раздел

1.Общие положения

2.Цели и задачи реализации программы

3.Законодательно-нормативное обеспечение

4. Принципы и модель тактики взаимодействия с семьей

5.Структура программы

6.Формы и методы взаимодействия с семьей.

7.Планируемые результаты

**Раздел II.** Содержательный раздел

2.1. Реализация программы

**Раздел I. Целевой раздел**

**1.Общие положения:**

Здоровье дошкольников относится к приоритетным направлениям государственной политики. Здоровье ребенка зависит от разных факторов, но в первую очередь от условий, созданных в семье. Все начинается с семьи. Первое слово, первый шаг, полезные и вредные привычки ребенок увидит впервые в семье. Вряд ли найдутся такие родители, которых не интересует здоровье своего ребенка. Но не все родители обладают знаниями о ЗОЖ и показывают в этом пример своим детям, ответственно относятся к укреплению и сохранению своего и детского здоровья , не всегда соблюдая режим, предпочитая просмотр мультфильмов прогулке на свежем воздухе, особенно в зимнее время года.

Только при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в детском саду и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов будет обеспечена нацеленность на здоровый образ жизни. Самым актуальным и успешным в  реализации программы по привлечению родителей к здоровому образу жизни и формированию ответственного отношения родителей к здоровью детей является именно  их вовлечение в образовательный процесс и, особенно, в физкультурно-оздоровительную работу.

ФГОС определяет одно из условий необходимых для создания социальной ситуации развития детей: взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив.

Сейчас одна из основных задач в детском саду – это профилактика коронавируса. Образовательную и воспитательную деятельность нужно вести только в соответствии с новыми санитарными правилами ([СП 3.1/2.4.3598-20](https://plus.1obraz.ru/#/document/99/565231806/XA00M6G2N3/)). Поэтому особое внимание будет уделено  противодействию и предупреждению инфекций.

**2.Цели**

Приобщение родителей к здоровому образу жизни, формирование родительской ответственности за здоровье детей, объединение стремления педагогов и родителей к сотрудничеству, направленному на формирование знаний о здоровом образе жизни детей и потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

1. Ориентировать семью на воспитание здорового ребенка.
2. Обеспечить тесное сотрудничество и единые требования дошкольного учреждения и семьи в вопросах здоровья детей.
3. Повысить интерес родителей к деятельности детского сада и жизни ребенка в нем. Привлечь родителей к физкультурно-оздоровительной работе в группе, в МБДОУ, участию в мероприятиях ,выходящих за пределы МБДОУ (участие в ГТО), созданию здоровой среды;
4. Способствовать формированию ответственного отношения родителей к здоровью детей, повышению педагогической грамотности родителей в вопросах ЗОЖ.
5. Внедрять в образовательную деятельность ДОУ разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы с участием детей и их родителей;

**3.Законодательно-нормативное обеспечение программы:**

 - Конституция РФ, ст. 41, п. 3, ст.;  
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» 24.07.98 № 124-ФЗ;  
 - Семейный кодекс РФ, раздел 4, гл. 12, ст. 63, 65 «Права родителей по воспитанию и образованию детей»;  
- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 28 «Компетентность, права, обязанность  и  ответственность образовательной  организации»;  
 - Приказ Минобразования РФ от 26.04.02 № 29/2084-6 «О всероссийской диспансеризации детей в 2002 г.»;

-Устав МБДОУ,

-Локальные акты МБДОУ

-Договор об образовании с родителями

**4.Принципы взаимодействия с семьей**

Принцип партнерства, взаимопонимание и доверия.

Принцип «Активного слушателя»

Принцип согласованности действий.

Принцип самовоспитания и самообучения.

Принцип ненавязчивости.

Принцип жизненного опыта.

Принцип безусловного принятия

**Модель тактики работы педагогов с родителями**.

1 этап-ознакомительный (сбор информации, выявление группы риска)

2 этап-общепрофилактический (размещение педагогами материалов, изучение их родителями)

3 этап-работа с группой риска.

4этап-индивидуальная работа(консультативная помощь)

5этап-рефлексивный (выявление родительских установок)

6интегративный(мероприятия, совместное обсуждение проблем)

**5.Структура и реализация программы**

Реализация программы рассчитана для работы с детьми старшего дошкольного возраста (дети 5-7 лет). Рассчитана на 1 календарный год. Содержание программы реализуется через планирование работы инструктора по физической культуре.

Данная программа будет реализована при предоставлении родителям возможности посещать учреждение и участвовать в совместных мероприятиях, в противном случае будут использоваться консультации онлайн,дистанционное обучение, фото и видеоотчеты проведения оздоровительной работы в ДОУ и в семье. Формы работы с родителями будут изменяться в соответствии со сложившейся ситуацией по короновирусу.

**6.Формы и методы работы с родителями**:

*Информационно-аналитические*: Основной задачей информационно-аналитических форм организации общения с родителями являются сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника. Анкетирование и анализ анкетирования, тесты. Фронтальные и индивидуальные опросы родителей, «почтовые ящики»,

*Досуговые* формы организации общения призваны устанавливать теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми: семейные спортивные досуги, развлечения, тематические недели, праздники, олимпиады.  
*Познавательные* формы организации общения педагогов с семьей предназначены для ознакомления родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания у родителей практических навыков по формированию здорового образа жизни: родительские собрания, групповые консультации, целевые и спонтанные беседы, родительские гостиные – встречи родителей с гостями ДОУ. Темы встреч различны, но все соответствуют одной тематике «Здоровый образ жизни»

При работе с родителями особенно эффективны такие методы, как

1.Использование картотеки игр, составленной воспитателем с учетом возрастных особенностей детей. Она представляет собой описания игр, которые можно использовать во время прогулок во дворе, на детской площадке среди детей приблизительно одного возраста, их правил и задач.

2.Привлечение родителей и детей к изготовлению спортивных атрибутов своими руками. Родители вместе с детьми принимают участие в работе «мастерских» по изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома.  
3.Выпуск газеты, журнала – одна из форм пропаганды ЗОЖ.   
Педагогическое просвещение родителей, удовлетворение индивидуальных запросов родителей - творческие домашние задания для родителей с детьми, позволяют наладить доверительные отношения с ребенком, и одновременно поучаствовать в образовательном процессе. Очень важно, чтобы это был продукт коллективного творчества взрослых и детей. В процессе изготовления газет, журнала: подбираются статьи, необходимые фотографии о занятиях спортом, спортивных достижениях. Родители и дети сочиняют подписи к снимкам.  
4.Составление альбомов о спортивных достижениях семьи - форма коллективной работы всех участников педагогического процесса. Детям предлагается прокомментировать фотографии, рассказать о спортивных увлечениях и достижениях своих близких.

5.Организовать конкурс семейных талантов при составлении семейных альбомов о спортивных увлечениях, о досугах .

**4.Планируемые результаты**

Результатами реализации программы должны стать: повышение родительской ответственности за здоровье своего ребенка, стремление к ведению здорового образа жизни, повышения компетентности в вопросах сохранения и укрепления здоровья; объединение интересов семьи и ДОУ в вопросах обучения, воспитания и развития детей дошкольного возраста; активное участие в проектах инструктора по физическому воспитанию.

**Раздел II.** Содержательный раздел

2.1. Мероприятия по реализации программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| П№ | Мероприятия | Ответственный |
|  | ***Сентябрь2022*** |  |
| 1. 1 | Анкетирование родителей «Условия здорового образа жизни в семье», «Какое место занимает физкультура в вашей семье» | Воспитатели  Инструктор по физическому воспитанию |
|  | Родительские собрания в группах с включением вопроса о ЗОЖ, детском здоровье. |
|  | Индивидуальные консультации «Что такое ЗОЖ» |
|  | Спортивный праздник «Веселый колокольчик» с привлечением родителей (изготовление атрибутов для праздника родителями с детьми дома) |
|  | Раздача памяток по гриппу и необходимости соблюдения профилактических мер. | Старший воспитатель |
|  | Реализация краткосрочного проекта по ЗОЖ «Город Здоровейск»- использование интернет ресурсов и с привлечением родителей. | Инструктор по физкультуре  Воспитатели  Родители |
|  | ***Октябрь 2022*** |  |
|  | Индивидуальная работа с родителями группы риска. | Инструктор по физкультуре |
|  | «Веселые эстафеты» с участием родителей. |
|  | Педагогический калейдоскоп: «Воспитываем здоровый образ жизни». |
|  | Фотоотчет: «Как мы занимаемся физкультурой». |
|  | ***Ноябрь 2021*** |  |
|  | «Прогулки в осеннее время года. Игры малой подвижности» Картотека игр для ознакомления родителей . | Воспитатели |
|  | Памятка: «Как не заболеть в праздничные дни». | Старший воспитатель |
|  | Консультация «Опасные факторы для здоровья детей» | Инструктор по физкультуре |
|  | ***Декабрь 2022*** |  |
| 1 | 1. Декада пожарной безопасности: 2. «О вреде курения. Пример родителей» | Старший воспитатель |
| 2 | Видеоотчет о декаде пожарной безопасности . | Методист |
|  | ***Январь 2023*** |  |
| 1 | Фотовыставка из семейных архивов « Спорт в нашей семье». | Старший воспитатель |
| 2 | Участие в зимней акции «Неделя здоровья». Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни и закреплять представления о положительном влиянии занятий физическими упражнениями для здоровья человека, через проведение совместного детско-родительского развлечения.  «Зимние виды спорта» -домашнее задание родителям сходить на каток или покатать детей на санках, поиграть в зимние подвижные игры. | Инструктор по физкультуре |
|  | ***Февраль 2023*** |  |
| 1 | Практикумы ( или дистанционные занятия): «Изготавливаем дорожки здоровья».  Нетрадиционные физкультурные пособия. | Инструктор по физкультуре |
| 2 | Видеоотчет: «Как мы занимаемся физкультурой». | Инструктор по физкультуре |
| 3 | «Как правильно падать и вести себя на улице, если на дорогах скользко»- видеоконсультация | Воспитатель  Монетова А.А. |
|  | ***Март 2023*** |  |
| 1 | Конкурс рисунков и плакатов, нарисованных с родителями: «Вредные привычки». | Инструктор по физкультуре |
| 2 | Информационный материал «Профилактика ОРВИ» | медсестра |
| 3 | Информационный материал «О прививках детям» |
| 4 | Индивидуальные беседы «Движение-основа здоровья» | Инструктор по физкультуре |
|  | Развлечение «День подвижных игр» с включением народных игр.  Домашнее задание родителям: рассказать об играх своего детства и поиграть в них с детьми. Совместный досуг. | Инструктор по физкультуре |
| 5 | Реализация проекта «Мы за здоровый образ жизни» | Инструктор по физкультуре  Воспитатели  Родители |
|  | ***Апрель2023*** |  |
| 1 | Консультация «Психофизиологические особенности поведения дошкольника на улице».  Выполнение домашнего задания: поиграть с мячом, научить детей кататься на роликах, велосипедах, самокатах. Совместный досуг. | Педагог-психолог |
| 2 | Родительская гостиная: «Быть в движении – значит укреплять свое здоровье». | Воспитатель |
| 3 | Раздача памяток родителям : «Слагаемые здорового образа жизни». | Инструктор по физкультуре  Воспитатели |
| 4 | «День здоровья» с привлечением родителей. | Инструктор по физкультуре  Воспитатели |
| 5 | Семейный выходной на природе. Рисунки и фотографии о проведенном дне. Выпуск спортивного номера семейной газеты. | Инструктор по физкультуре  Воспитатели  Родители |
| 6 | Рекомендации родителям «Правильный выбор жизненных ценностей» | Инструктор по физкультуре |
|  | ***Май 2023*** |  |
| 1 | Консультация «Профилактика травматизма» | Воспитатель Монетова А.А. |
| 2 | Консультация: «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка». | Педагог-психолог |
| 3 | Фоторепортаж «ЗОЖ в семье в праздничные дни» | Инструктор по физкультуре |
| 4 | Консультация «Рациональное питание-основа здоровья» | Воспитатель  Черник А.М. |
| 5 | Выставка нетрадиционного физкультурного оборудования, изготовленного руками родителей.  «Оригами ногами» | Инструктор по физкультуре  Воспитатели  Родители |