

*Платонова Ольга Владимировна,*

*воспитатель,*

*МДОУ д/с №114,*

*г. Магнитогорск*

## **ВЗАИМОДЕСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

1. «Путь к здоровью ребёнка лежит через семью» (анкетирование)

Цель: выявить уровень знаний родителей по физкультурно-оздоровительной направленности.

2. Закаливание – первый шаг на пути к здоровью (папка-передвижка)

Цель: продолжать знакомить родителей с доступными формами закаливания.

3. Зарядка – это весело! (открытый просмотр утренней гимнастики)

Цель: познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, дозировкой и длительностью упражнений.

4. «Спорт» (семейная газета)

Цель: расширять представления родителей и детей о формах семейного досуга, повышать интерес детей к физической культуре и спорту.

5. Спортивные игры дома (анкетирование)

Цель: влияние образа жизни детей в семье на представления ребёнка о здоровье, физкультуре, спорте.

6. «Подвижные игры детей на прогулке» (день открытых дверей)

Цель: показать родителям влияние подвижных игр на эмоциональное и физическое развитие детей.

7. «Грипп. Меры профилактики. Симптомы данного заболевания» (консультация)

Цель: укрепление организм в целом и сделать его менее подверженным риску инфекционных заболеваний.

8. «О соблюдении режима дня в детском саду и дома»  
(индивидуальная беседа)

Цель: способствовать пополнению арсенала знаний родителей по вопросу режим дня ребёнка.

9. «Мы растём здоровыми!» (папка-передвижка)

Цель: формирование навыков безопасного поведения в дошкольной организации, быту, на улице, в условиях природы, обогащение двигательного опыта.

10. «Какие витамины нужны осенью» (беседа-консультация)

Цель: познакомить родителей со значением витаминов для детского организма; напомнить, в каких доступных продуктах они содержатся.

11. «Одежда детей в осенний период на прогулке» (консультация)

Цель: помочь родителям выбрать оптимальный вариант одежды для двигательной активности детей на прогулке, учитывая индивидуальные особенности.

12. «Одежда детей в зимний период на прогулке» (консультация)

Цель: помочь родителям выбрать оптимальный вариант одежды для двигательной активности детей на прогулке, учитывая индивидуальные особенности.

13. «Одежда для детей в весенний период на прогулке»  
(консультация)

Цель: помочь родителям выбрать оптимальный вариант одежды для двигательной активности детей на прогулке, учитывая индивидуальные особенности.

14. «Одежда для детей в летний период на прогулке» (консультация)

Цель: помочь родителям выбрать оптимальный вариант одежды для двигательной активности детей на прогулке, учитывая индивидуальные особенности.

15. «Как я прививаю своему ребенку привычку к здоровому образу жизни» (конкурс родительских эссе)

Цель: поделиться опытом семейного воспитания по формированию ЗОЖ в семьях.

16. «Чесночницы – одна из мер профилактики вирусных инфекций» (мастер – класс)

Цель: профилактика простудных и вирусных заболеваний.

17. Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей (родительское собрание с приглашением медицинского работника детского сада)

Цель: составление индивидуальных программ (*планов*) оздоровления детей.

18. «Если хочешь быть здоров...» (спортивный праздник с родителями)

Цель: приобщать семьи к здоровому образу жизни.

19. Снежные постройки и зимние игры на участке (час семейных встреч)

Цель: развивать желание родителей и детей в совместно деятельности проводить отдых.

20. «В гостях у Айболита» (экскурсия в медицинский кабинет)

Цель: познакомить родителей с медицинским кабинетом, с его местоположением в здании детского сада, с оборудованием и медицинскими инструментами, их назначением; познакомить с профессией медицинской сестры детского сада, воспитывать уважение к труду медицинского работника.

21. «Использование точечного массажа в домашних условиях» (консультация)

Цель: формирование у родителей мотивации ЗОЖ, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей.

22. «Правильное питание ребенка в ДОО и дома» - основа здорового ребенка (семинар-практикум)

Цель: ознакомление родителей с правильным питанием детей в ДОО и дома.

23. «Играем вместе» (фотовыставка)

Цель: вызвать эмоциональный отклик, преемственность работы ДОО с семьей.

24. Спортивный уголок дома (презентация)

Цель: показать необходимость спортивного уголка в домашних условиях.

25. Привлечение родителей к организации уставной деятельности ДОО. (Помощь в приобретении и изготовлении спортивного инвентаря, обустройство спортивных площадок)

Цель: создание условий для более тесного сотрудничества ДОО и семьи в вопросах развития, воспитания и оздоровления дошкольников.

26. Дыхательная гимнастика (папка-передвижка)

Цель: познакомить родителей с одним из способов профилактики гриппа и ОРВИ.

27. «Что нужно знать о детских глазках?» (папка-передвижка)

Цель: дать информацию о признаках нарушения зрения у детей.

28. Релаксация (мастер-класс)

Цель: пропаганда здорового образа жизни; знакомство с методом релаксации для борьбы с детскими «перегрузками».

29. Игры для детей с нарушением зрения (папка-передвижка)

Цель: дать информацию родителям об играх для детей с ослабленным зрением, в которые можно играть с детьми дома.

30. Гимнастика для глаз на каждый день (папка-передвижка)

Цель: дать родителям примерный комплекс гимнастики для глаз на каждый день.

31. Десять советов родителям по оздоровлению детей (памятка)

Цель: заинтересовать родителей воспитанников в создании условий для оздоровления детского организма.

32. «О здоровье всерьез» (Собрание – студия)

Цель: обеспечение взаимодействия и единых требований детского сада и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.