**Красильникова А.Л.,**

воспитатель,

МБДОУ Центр развития ребёнка- детский сад № 58

Россия, г.Дзержинск

**Планирование деятельности семейного клуба по интересам, как одним из форм организации образовательной работы детей и родителей.**

 Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональной системы организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье и осуществляется развитие личности. Из детства ребенок выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь. Поэтому только общими усилиями педагогов, специалистов и семьи можно воспитать физически здоровых, крепких детей.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью. На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Практика показывает, что формирование здорового образа жизни раннего детства является фундаментом здоровья в зрелом возрасте. Исходя из этих факторов, и возникла идея создания клуба «Здоровая семья».

Возник наш клуб много лет назад на базе подготовительной группы, где в осуществлении поставленных нами задач столкнулись с рядом проблем, связанных с организацией родителей и недостаточностью времени для осуществления всего задуманного нами. Исходя из неудачного опыта, мы сделали вывод: вовлекать семьи воспитанников в работу клуба нужно с младшего возраста, чтобы дети совместно с родителями прошли все этапы формирования представления о ценностях здорового образа жизни и положительного к нему отношения.

 Основной целью работы клуба «Здоровая семья» является: обеспечение сотрудничества субъектов образовательного процесса ДОУ и семьи в вопросах здоровья и физического образования дошкольников».

Задачи:

• Способствовать развитию познавательной активности и физических качеств;

• Повысить уровень физической культуры родителей;

• Формировать представления о здоровом образе жизни и гигиенической культуре;

• Укреплять физическое и психическое здоровье детей;

• Формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям;

• Шире пропагандировать активный совместный отдых с детьми введением клуба «Здоровая семья»;

• Вести наглядную пропаганду физического воспитания дошкольника в семье.

На первом этапе был проведен анализ уровня физической подготовленности, которую в начале года проводит инструктор по физической культуре.

Затем, в сотрудничестве с лор-врачом и медицинским персоналом детского сада, были заполнены паспорта здоровья детей, с целью – выявить группы и состояние здоровья детей для планирования индивидуально-дифференцированной работы.

На этом же этапе была проведена консультация для родителей с целью познакомить их с системой оздоровительной работы детского сада. А также проведено анкетирование, с целью выявить знания родителей о здоровье своего ребенка, приоритеты семьи, их увлечения, мнения об оздоровительной работе дошкольного учреждения, желание вступить в клуб «Здоровая семья» и принимать участие в различных спортивных и оздоровительных мероприятиях совместно с детьми.

Следующим этапом, на основе поставленных задач, была разработана система физкультурно-оздоровительной работы в группе, основанная на взаимодействии всех специалистов, воспитателя и семьи.

Затем были разработаны планы работы с родителями, и работы клуба «Здоровая семья». Которые разрабатывались по недельно и на каждый месяц с учетом сезонности, потребностей и интересов родителей, поставленных задач и возрастных особенностей.

Работа клуба включает в себя совместные занятия и походы с детьми и родителями, организованные в спортивном зале, на спортивной площадке и на природе.

Занятия клуба проводятся раз в месяц в определенный день и час. Продолжительность зависит от места проведения.

Для реализации планов и поставленных задач были созданы условия в группе. С этой целью мы, совместно с инструктором по физической культуре, при активном участии и помощи родителей, создали физкультурный мини-центр в группе.

Мини-центры включают в себя:

* Спортивное оборудование и инвентарь для развития основных физических качеств с учетом гендерного подхода:
* для мальчиков – это оборудование и тренажеры для развития силы – лебедка «Бабка-коробка», эспандеры, турник и кольца;
* для девочек – султанчики, ленточки и спортивные ленты, обручи для развития гибкости и пластичности;
* оборудование для укрепления осанки и профилактики плоскостопия:
* стена осанки, мешочки, различные ходули, мягкая змея, гимнастические палки;
* традиционное и нетрадиционное оборудование и спортивные игры:
* нетрадиционные – ходули, летающие тарелки (сделанные совместно с детьми), «Бросай-ка» для метания, резинки-прыгалки, карты-схемы для выполнения упражнений и игр в условиях группы;
* схемы для выполнения оздоровительных упражнений по методике В.Т. Кудрявцева;
* тренажер «Дерево», который включает в себя стену скалолазания, лебедку и дупла разной высоты для метания.

 Создать эмоциональный фон помогает подобранная фонотека. Для охраны жизни детей были разработаны знаки безопасности использования тренажеров и двигательной активности в группе.

В раздевальной комнате был создан информационный стенд, состоящий из трех блоков:

В информационно-рекомендательный уголок помещается краткая, недлительная информация в виде советов от воспитателей и специалистов.

В информационно-познавательный входит: папка «Информация для родителей», библиотека для родителей, где содержание литературы подбирается в соответствии с темами консультаций разных специалистов, и в соответствии с интересами родителей. Имеется книга отзывов и предложений, фотоальбомы, благодарность родителям за оказанную помощь.

Информационно-спортивный уголок под названием «Физкульт-ура!», где размещаются советы, объявления, фотовыставки, а также есть книга отзывов о работе клуба «Здоровая семья» и фотоальбомы, отражающие жизнь клуба.

Решая поставленные нами задачи по оздоровлению дошкольников, мы используем следующие формы работы с детьми:

* утренняя гимнастика;
* гимнастика после сна;
* система закаливания;
* прогулки;
* занятия физической культурой в зале и на воздухе;
* подвижные игры и игры с элементами спорта;

Для осуществления поставленных нами задач по сотрудничеству с родителями, использовали традиционные и нетрадиционные формы работы с семьей:

* информирование через стенды о спортивно-оздоровительной работе в группе, игры и упражнения по формированию ЗОЖ;
* консультации, круглые столы, тренинги и мастер- классы по темам оздоровления с привлечением специалистов дошкольного учреждения;
* дни открытых дверей, для ознакомления с соблюдением режимных моментов в детском саду.
* фоторепортажи различных событий и спортивных мероприятий;
* стенгазеты «Папа, мама, я – спортивная семья!» и «Мы гордимся» с пропагандой семейного опыта здорового образа жизни и выставкой спортивных достижений детей и родителей.
* спортивно-оздоровительные занятия с родителями в зале и на воздухе.

 Таким образом, началась работа клуба «Здоровая семья». В младшей группе на первом занятием мы предложили родителям составить презентацию своей семьи, связанную со спортом. А также были предложены упражнения в парах.

Задачи, которые мы ставили – это на первом этапе сплотить и сдружить семьи, дать возможность общения с ребенком, показать свои способности и способности ребенка, понаблюдать за общением детей между собой, дать возможность наблюдать и сравнивать своего ребенка.

На одном из следующих занятий была предложена «Круговая тренировка», задачами которой было познакомить родителей со спортивным оборудованием зала, дать возможность попробовать силы своего ребенка на спортивных тренажерах, показать возможность детей данного возраста, помочь им преодолеть трудности.

На последнем занятии были проведены итоги года. Занятие было построено на соревновании между взрослыми и детьми, в конце занятия все участники клуба были награждены медалями и благодарственными письмами.

В среднем возрасте задачи клуба были усложнены в соответствии с особенностями и возможностями детей. При проведении занятий мы старались побуждать родителей к проявлению творчества. Также с этого возраста на занятиях к подвижным играм и упражнениям были добавлены игры со спортивным оборудованием (мячи, ракетки, кольца) и обучение элементам спортивных игр.

В старшем возрасте основными задачами стали – проявление инициативы со стороны взрослых, внесение идей и предложений по теме будущих занятий, участие в планировании.

 На занятиях проходило обучение более сложным спортивным играм, как традиционным, так и нетрадиционным с введением и соблюдением определенных правил. Существенно изменилась и роль родителей на занятиях, если в младшем возрасте они были помощниками и наставниками, то в старшем возрасте они стали равноправными участниками и соперниками.

Не все занятия нашего клуба проходят в зале. С младшей группы некоторые занятия мы проводили на улице, такие как «Постройки из снега». Активность родителей на таких занятиях была даже выше, чем у детей.

Походы – это неотъемлемая часть работы клуба. Здесь семьи получают ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект в сочетании спорта и свежего воздуха. Походы мы начали проводить с конца младшей группы, где познакомили детей с эстафетами и духом соревнования.

Со среднего возраста ввели задания на творчество – придумывание названия команд, девиза, защиты. А также составление букетов, придумывание танцевальных композиций и др.

В старшем дошкольном возрасте походы составлялись с участием родителей. А также родители принимали активное участие в их организации и даже исполняли роли сказочных персонажей. В этом возрасте походы стали проводить и в зимнее время. Лыжи, коньки, санки, эстафеты укрепляют не только здоровье, но и дух.

Некоторые походы-прогулки в старшем возрасте носят спортивно –познавательный характер с изучением природы.

Творческие походы на выживание ставят на равные позиции взрослых и детей. Открывают внутренние силы, дают заряд энергии, чувство свободы и единства с природой.

О результатах работы клуба можно судить, по «Книге отзывов».

Третий этап – это результативность системы работы с родителями и клуба «Здоровая семья». За четыре года был проведен сравнительный анализ уровня физического развития, который показал значительную динамику среднего и высокого уровня физического развития, и как следствие сокращение детей с низким уровнем.

Сравнительный мониторинг детской заболеваемости показывает эффект в снижении острой заболеваемости.

Анализ работы с семьями воспитанников доказывает необходимость работы клуба «Здоровая семья». Такие выводы мы делаем, наблюдая за детьми и родителями в совместных мероприятиях, слушая и читая отзывы, отслеживая посещаемость. Ради участия в нашем клубе родители меняли планы и откладывали поездки. И вглядываясь в эти счастливые лица, хочется верить, что заряд, полученный в нашем клубе, они пронесут на долгие годы и продолжат его за стенами нашего учреждения!

***Список литературы:***

*1. Волошина Л.Н. «Воспитание двигательной культуры дошкольников». Учебно-методическое пособие. - М.:АРКТИ, 2005г.; 108с.*

*2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Игры с элементами спорта для детей 3-4лет». Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ. - М.: Издательство «Гном и Д.», 2004г.; 112с.*

*3. Короткое И.М. «Подвижные игры во дворе» - М.: Знание, 1987г.; 96с. (Серия «Физкультура и спорт» )*

*4. Микляева Н.В. «Создание условий эффективного взаимодействия с семьёй» Методическое пособие для воспитателей ДОУ: М- 2006г.-144с*

*5. Осипова Л.Е. «Работа детского сада с семьёй» -М.2009.-72с*

*6. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7лет»; Пособие для педагогов дошкольных учреждений: Программа «Старт» - М.: Владос, 2003г.; 320с.*