Перспективный план работы с родителями по ЗОЖ в старшей группе .

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| МесяцТемы. | Формы работы | Цель и задачи |
| СентябрьЗОЖ | 1. Анкетирование родителей" Здоровый образ жизни." 2. Беседа " Что такое ЗОЖ."3. Консультация : "Здоровьесберегающие технологии в д/саду." | Ознакомление родителей с формированием культуры здоровья детей. Определение роли семьи в формировании ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста.  |
| ОктябрьЗакаливание | 1. Родительское собрание: "Здоровье в порядке- спасибо зарядке."2. Презентация : " Закаливание - средство здорового образа жизни детей дошкольного возраста."3. Памятки: "Нетрадиционные методы закаливания."  | Повышение педагогической культуры родителей путём их просвещения о совершенствовании функций организма, повышении его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами закаливания и физических упражнений.  |
| НоябрьВитамины и полезная еда. | 1. Познакомить родителей с проектом " Витамины - наши друзья." 2. Оформить папку-передвижку " Питание детей старшего дошкольного возраста." 3. Памятка: " Культура еда", "Безобидные сладости." 4. Спортивный праздник ""Быстрее, выше, сильнее" для родителей и детей. | Познакомить родителей с пользой витаминов для укрепления здоровья детей.  |
| Декабрь.Дыхательная гимнастика. | 1. Оформить папку-передвижку " Всё о дыхании ребёнка"; "Ароматерапия для детей."2. Консультация для родителей" Дыхательная гимнастика" 3. Методические рекомендации "Развитие речевого дыхания."4. Семинар-практикум " Дыхательная гимнастика вместе с мамой, вместе с папой." 5. Памятка для родителей" Точечный массаж носа или волшебные точки."  | Познакомить родителей с дыхательной гимнастикой, своеобразной зарядкой нервной системы, помогающей сбросить напряжение. которая к тому же является средством профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Познакомить родителей с техникой точечного массажа, как средством увеличения защитных сил организма.  |
| Январь.Зимние забавы. | 1. Оформить папку- передвижку " Подвижные игры на свежем воздухе."2. Методические рекомендации "Зимние игры и развлечения детей."3. " Зимние забавы" - совместный физкультурный праздник для детей и родителей."  | Вызвать интерес к зимним видам спорта на свежем воздухе, играм и развлечениям, потребность в физических упражнениях и играх. |
| Февраль.Профилактика плоскостопия. | 1. Оформить папку-передвижку "Плоскостопие у детей."2. Методические рекомендации " Игры и упражнения для профилактики плоскостопия."3. Семинар-практикум "Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста." 4. Музыкально-спортивное развлечение с родителями, посвящённое " Дню Защитника Отечества." | Познакомить родителей со специальными профилактическими и коррекционными упражнениями для профилактики плоскостопия у детей дошкольного возраста. |
| Март.Движение - основа жизни. | 1. Оформление папки-передвижки " Организация двигательного режима."2. Презентация " Физкультура и спорт."3. Семинар-практикум " Организация физических упражнений дома." | Познакомить родителей с необходимостью организации двигательного режима детей старшего дошкольного возраста.  |
| Апрель.Профилактика и коррекция нарушения зрения.  | 1. Оформление папки-передвижки " Берегите зрение детей."2. Методические рекомендации " Правила бережного отношения к зрению." 3. Презентация " Гимнастика для глаз." | Познакомить родителей с приёмами восстановления зрения у детей.  |
| Май.Профилактика искривления осанки. | 1. Методические рекомендации " Причины формирования неправильной осанки." 2. Памятка для родителей "Игры для коррекции искривления осанки." 3. Семинар-практикум " Профилактика нарушения осанки у детей дошкольного возраста." | Познакомить родителей со специальными коррекционными упражнениями для профилактики нарушения осанки у детей старшего дошкольного возраста.  |