

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 84 «Тополёк»**

**«Совместные детско-родительские спортивные досуги,
как одна из эффективных форм
пропаганды здоровой семьи»**

**Инструктор по физической культуре
Сидорова Снежана Павловна**

**г. Вологда
январь 2024 г.**

«Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребёнка»

(Эммануил Кант)

Сегодня семье отводится главенствующая роль в формировании здорового образа жизни. Семья – это основное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные. (слайд 2)

Выработанные с годами в семье привычки, традиции, образ жизни, отношение к своему здоровью и здоровью окружающих переносятся ребенком во взрослую жизнь и во вновь созданную семью.

Большинство родителей прекрасно понимает, что для нормального роста, развития и крепкого здоровья необходимо движение, но сами почему-то остаются в стороне, ссылаясь на отсутствие времени, терпения и т.д. Они не задумываются при этом над тем, что дети в первую очередь, берут пример с родителей. Лучше показать ребенку, как нужно относиться к физкультуре и спорту, на собственном примере. Поэтому одной из важнейших наших задач в деле формирования здорового образа жизни наших воспитанников является организация совместной деятельности, в которой родители – не пассивные наблюдатели, а активные участники процесса.

Положительных результатов в воспитании здорового ребенка можно достичь лишь при тесном эффективном сотрудничестве педагогов с семьей.

Поэтому мы поставили перед собой цель - привлечь родителей к совместной активной деятельности в вопросах физического воспитания. (слайд 3)

Одной из эффективных форм пропаганды здоровой и крепкой семьи в ДОУ является проведение совместных спортивных праздников и досугов. Именно они помогают родителям в деле воспитания ребёнка, в повышении собственной компетентности, а также способствуют созданию эмоционального благополучия ребёнка дома и в группе. А ещё сближают дошкольное учреждение с семьей. (слайд 4)

Физкультурный досуг и развлечения - одна из форм активного отдыха, любимая детьми и взрослыми. В их содержание мы включаем знакомые воспитанникам физические упражнения в игровой форме: веселые забавы, аттракционы. Это создает положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм каждого ребенка.

Родители, участвуя в совместных мероприятиях, получают возможность видеть, как их ребёнок ведёт себя в коллективе, какую радость и пользу приносит ему игры, весёлые состязания.

А дети, в свою очередь, видя, как родители бегают, прыгают, соревнуются, испытывают гордость за них и огромную радость от взаимного общения. Не секрет, что дети очень любят праздники, а когда рядом мама или папа – это праздник вдвойне. И такие совместные мероприятия надолго остаются в памяти и детей, и взрослых. И наши спортивные праздники, проводимые в детском саду, в первую очередь направлены на то, чтобы сблизить детей и родителей, доставить радость от совместного выполнения заданий.

На физкультурных досугах дети закрепляют двигательные умения и навыки, развивают физические качества. Совместные физкультурные досуги и развлечения способствуют созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в семье, воспитанию чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи, уверенности в себе, развивают выдержку, внимание, дисциплинированность и организованность, учат взаимодействовать взрослых и детей.

Итак, остановлюсь на мероприятиях, ставших уже традиционными в нашем саду. (слайд 5,6)

Спортивно-музыкальный праздник «Мамулечки-красотулечки!» или «Наши мамочки активные, весёлые, спортивные!» Название не меняет сути. В этом мероприятии участвуют дети и их мамы в полном составе. Задания и эстафеты предусматривают участие детей в паре со своей мамой. Также включаем в праздник музыкальные поздравления и совместные танцы. Мероприятия проходят всегда очень весело, задорно, душевно.

В преддверии 8 Марта в нашем зале собрались самые красивые, милые, добрые, спортивные мамочки наших самых маленьких воспитанников на весёлую спортивную игру «А, ну-ка, мамочки!» Азартно и задорно они перевозили кукол-малышей в колясках, «совершали на скорость покупки в магазине», развешивали бельё, собирали сказочные пазлы, пирамидки, «пекли блины». Одним словом, почувствовали себя детьми, отдохнули от домашних дел и забот, получили заряд позитива!

Много раз проводился у нас праздник «Честный поединок» с участием пап. Построение праздника аналогично празднику с мамами, участвуют все папы в паре со своими детьми. (слайд 7,8)

На некоторых развлечениях и досугах все родители не могут принять участие в силу разных причин, тогда те родители, которые смогли прийти, выполняют роль ведущих на станциях квеста, например, помогают сопровождать детей от станции к станции. Так, например, у нас проходили следующие квест-игры: «Эко-квест», квест, посвящённый 9 мая. Также физкультурный досуг к Дню отца «Папа может!», «Мы немного подрастём, тоже в армию пойдём!», где папы возглавляли каждую команду. (слайд 9, 10)

Хочется отметить, что родители с удовольствием поддерживают нас и своих детей, когда нас приглашают на какие-то городские спортивные мероприятия с участием семей. Например: «День зимних видов спорта», проходивший на стадионе «Локомотив», игра-квест «Найди Снеговика» в парке Ветеранов, «День ходьбы». (слайд 11)

Также привлекаем родителей в День открытых дверей не только присутствовать на открытых занятиях, но и быть активными участниками процесса. Так, мама-тренер по Зумбе одной из воспитанниц провела для наших детей зажигательную зумба-тренировку. А в прошлом году мы организовали для родителей разных возрастных групп квест, в ходе которого, переходя от станции к станции, родители сами попробовали себя в роли воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя. Оказывается, это не просто! (слайд 12,13)

Таким образом, исходя из всего выше сказанного, можно утверждать: если взрослые научат детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если они будут личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. А наша с вами задача помогать и содействовать им в этом. (слайд 14, 15)