

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
по формированию здорового образа жизни среди родителей
МБДОУ «Зернышко» с.Зерновое
на 2022-2023 года

№/п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ожидаемый результат
1	<p>1.Размещение в уголках для родителей информационно-наглядного материала о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выставка «Совместные игры для детей и взрослых»; - Стенд «Ваше здоровье в ваших руках»; - Папка-передвижка «О здоровом образе жизни в семье». <p>3.Консультации медицинской сестры и инструктора по физической культуре «Пути формирования у дошкольников основ здорового образа жизни», «Правильное питание».</p>	В течение 2023года	Пропаганда здорового образа жизни. Консультирование и наглядная информация о здоровом образе жизни, об организации правильного питания детей, активного отдыха. Профилактика заболеваний, сохранения здоровья. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
2	Распространение родителям воспитанников памяток, буклетов о здоровом образе жизни «Я за здоровый образ жизни».	Январь 2022	Расширение представлений о здоровом образе жизни у родителей воспитанников. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
3	Массовая зарядка воспитанников, родителей (лиц их заменяющих), сотрудников	Январь 2022	Воспитание привычки и потребности в здоровом образе жизни. Повышение интереса к спорту, физическим упражнениям. Привлечение родителей к двигательной активности.
4	Выставка совместных рисунков «Мы спортивная семья»	Февраль 2022	Пропаганда и пробуждение интереса к здоровому образу жизни.

5	Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»	Февраль 2022	Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.
6	Зимний спортивно-музыкальный праздник «Масленица»	Март 2022	Организация досуга семей и детей. Приобщение детей и родителей к совместной деятельности. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми.
7	Выпуск семейной газеты «Мама, папа, я – мы спортивная семья»	Апрель 2022	Пропаганда здорового образа жизни. Пробуждение интереса к здоровому образу жизни.
8	Презентация «Влияние музыки на здоровый образ жизни человека»	Апрель 2022	Информирование родителей о влиянии музыки на здоровый образ жизни посредством проведения музыкально-спортивных мероприятий. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
9	Семейные веселые старты	Май 2022	Популяризация здорового образа жизни. Организация досуга семей и детей. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья, сближение детей и родителей через совместные игры.
10	Практическое занятие «Ритмика как фактор долголетия»	Сентябрь 2022	Приобщение к двигательной активности. Воспитание осознанного отношения к укреплению здоровья. Информирование родителей о влиянии музыки на здоровый образ жизни посредством проведения музыкально-спортивных мероприятий.

11	Игровая программа «Мы здоровыми растем»	Октябрь 2022	Пропаганда здорового образа жизни. Приобщение детей и родителей к совместной деятельности. Представление опыта работы ДОУ по формированию здорового образа жизни у детей в ДОУ. Организация досуга семей и детей.
12	Деловая игра «Здоровье в наших руках» (для родителей подготовительной к школе гр.)	Ноябрь 2022	Расширение представлений о здоровом образе жизни у родителей воспитанников. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
13	Круглый стол «Как общаться с ребенком»	Декабрь 2022	Улучшение психологического климата в семье. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
14	Оформление наглядной информации о здоровом образе жизни: - Выставка «Азбука здоровья»; - Стенд «Растим здорового малыша»; - Папка-передвижка «За здоровый образ жизни в семье». 3. Консультации медицинской сестры и инструктора по физической культуре «Физическое и психологическое здоровье детей», «Закаливание ребенка в условиях ДОУ и семьи».	В течение 2022-2023 года	Пропаганда здорового образа жизни. Консультирование и наглядная информация о здоровом образе жизни. Расширение представлений о здоровом образе жизни у родителей воспитанников. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
15	Флешмоб «Дружно, смело, с оптимизмом за здоровый образ жизни»	Январь 2023	Пропаганда здорового образа жизни, организация досуга семей и детей. Приобщение к двигательной активности, физкультуре и спорту. Воспитание осознанного отношения к укреплению здоровья.

16	Презентация «Совместная работа детского сада и семьи по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников»	Январь 2023	Представление опыта работы ДОУ по формированию здорового образа жизни у детей в ДОУ. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ. Активизация деятельности родителей и педагогов детского сада по формированию основ ЗОЖ у дошкольников.
17	Выставка творческих работ детей и родителей «Папа, мама и я - спортивная семья»	Февраль 2023	Формирование осознанного, ценностного отношения к здоровью у детей и родителей, повышение мотивации к ЗОЖ, сплочение семей.
18	Физкультурное развлечение с участием родителей воспитанников: «Мы со спортом крепко дружим!»	Февраль 2023	Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста и родителей воспитанников. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья и развитие физических качеств. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми.
19	Заседание Клуба молодой семьи «Мы за здоровую и счастливую семью» Тема: «Психологическое здоровье дошкольника»	Март 2023	Психологическое здоровье в семье. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
20	Тематическая программа «Смех во благо здоровья»	Апрель 2023	Пропаганда здорового образа жизни. Приобщение детей и родителей к совместной деятельности, продвижение приоритетов здорового образа жизни.
21	Выставка совместных рисунков «Мы за здоровый образ жизни»	Апрель 2023	Формирование здорового образа жизни. Формирование осознанного, ценностного отношения к здоровью у детей и родителей, повышение мотивации к ЗОЖ, сплочение семей.

22	Игры нашего двора. Спортивные состязания между семьями воспитанников	Май 2023	Повышение интереса к спортивным играм, физическим упражнениям. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья, сближение детей и родителей через совместные игры.
23	Викторина «Мама, папа, я – здоровая семья»	Сентябрь 2023	Формирование осознанного, ценностного отношения к здоровью у детей и родителей, повышение мотивации к ЗОЖ, сплочение семей. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми.
24	Семинар-практикум с родителями и детьми «Здоровая семья – здоровая нация»	Октябрь 2023	Повышение грамотности в сфере здорового образа жизни среди родителей воспитанников. Активизация деятельности родителей и педагогов детского сада по формированию основ ЗОЖ у дошкольников.
25	Семейное спортивно-музыкальное мероприятие «Здоровая семья – здоровый ребенок»	Ноябрь 2023	Пропаганда здорового образа жизни. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми. Сплочение семьи между собой и со своими детьми.
26	Фотовыставка «Папа, мама, я – спортивная семья»	Декабрь 2023	Формирование основ здорового образа жизни семей ДОО. Популяризация здорового образа жизни.