

**Перспективный план работы инструктора по
физкультуре с родителями**

Месяц	Неделя	Название	Формы и методы работы	Задачи
Сентябрь	1	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год.» «Физическая культура и оздоровление»	Родительское собрание Анкетирование	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании Выявить уровень знаний родителей по физкультурно-оздоровительному направлению
	2	«Летние виды спорта» «Значение режима дня для здоровья ребенка» «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Конкурс поделок Участие родителей в конкурсе поделок к областной Спартакиаде по летним видам спорта Консультация	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду Выявить запросы родителей по данному направлению
	3	«Я и моя семья» «Как формировать представления о здоровом образе жизни» «Закаливание - первый шаг на пути к здоровью» «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Семейный фотоконкурс Беседа Консультация	Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми Расширять знания родителей о формировании здорового образа жизни Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка. Провести консультацию по обеспечению температурного комфорта: рассмотреть связь сложности упражнений и видов одежды с температурой окружающей среды
	4	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Поход в парк	Доставить радость общения и единения детям и родителям Повышать интерес детей к физической культуре Пропаганда здорового образа жизни

		«Проведем выходной день с пользой» «Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды»	Консультация	Познакомить родителей с формами организации отдыха в домашних условиях, на даче, на прогулке Познакомить родителей с традиционными средствами профилактики простуды
Октябрь	1	День открытых дверей «Веселая ярмарка»	Музыкально-физкультурный праздник	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях Создать положительную эмоциональную обстановку
		«Прогулка для здоровья» «Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в зимний период»	Беседа	Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье Пропаганда здорового образа жизни
	«Двигательный режим детей 4-5 лет»	Консультация	Познакомить родителей с особенностями физического развития детей в возрасте 4-5 лет	
	2	«Утренняя гимнастика» «Ваш ребенок на занятиях по физической культуре» «Мои права»	Консультация Книги «Права детей» - помощь родителей в изготовлении Конкурс рисунков на спортивную тематику – право на отдых	Познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
3	«Представления детей о здоровье и ЗОЖ» «Физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей» Неделя здоровья с 22 по 26 октября	Беседа Участие родителей в организации и проведении мероприятий	Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье Познакомить родителей с простыми в выполнении упражнениями для оздоровления часто болеющих детей Привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре	
4	«Физическое воспитание ребенка в семье» «Мы - спортивная	Консультация, рекомендации Фотоконкурс	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной работы дома Установление эмоционально-	

		семья»		положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
Ноябрь	1	«Дорожки здоровья» «Игры с мячом»	Помощь родителей в изготовлении массажных дорожек Беседа, рекомендации - подвижные игры с мячом	Предложить родителям новую полезную для детей и родителей деятельность – изготовление нестандартного физкультурного оборудования Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты
	2	«Профилактика ОРЗ и гриппа» «Каким бывает отдых»	Рекомендации Консультация	Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
	3	«Встреча с Колобком» «Закаливание - первый шаг на пути к здоровью»	Физкультурное развлечение Консультация	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей
	4	Игры, в которые играют взрослые и дети» Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья «День рождения!»	Семинар-практикум, познакомить родителей с любимыми играми детей Поздравление осенних именинников Чаепитие	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности Привлечение родителей к организации чаепития и мероприятия
Декабрь	1	«Играем вместе с ребенком» День здоровья «Со спортом мы дружим» «Один дома»	Беседа, рекомендации Участие родителей в подготовке спортивного участка для проведения развлечений	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их организации и проведения дома Привлекать родителей к организации проведения мероприятий Пропаганда здорового образа жизни Раскрыть содержание двигательной

		«Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка»	Консультация, рекомендации	деятельности в субботные и воскресные дни Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей
	2	«Моя семья – моя радость» «Льжи для здоровья»	Выставка рисунков с родителями Беседа Экскурсия в парк	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты при обучении детей ходьбе на лыжах
	3	«Зимние забавы» «Игры с обручем» «Развитие физических качеств в играх и игровых упражнениях»	Спортивный праздник на воздухе Консультация Беседа	Формирование представлений о здоровом образе жизни Познакомить родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома
	4	«Русские народные традиции» «Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка»	Беседа Консультация	Познакомить родителей с русскими традиционными играми и формами их организации в выходные дни Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
Январь	2	«Играем вместе с ребенком на прогулке» «На лыжню»	Консультация, рекомендации Консультация, рекомендации	Формирование представлений о здоровом образе жизни Привлечь внимание родителей к правильной группировке при скольжении детей по ледяным дорожкам, катании на коньках.
	3	«Моя семья» Неделя зимних игр и развлечений	Сбор материала о родословной семьи Знакомство с происхождением имен Привлечение к организации и проведению	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Создать положительную эмоциональную обстановку Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности

		«Дыхательная гимнастика»	Консультация	Обратить внимание родителей на выполнение дыхательной гимнастики, релаксации
	4	«Физические упражнения в детском саду и дома»	Консультация	Обратить внимание родителей на пользу ходьбы и бега и в формировании здорового образа жизни
		«Зимние виды спорта»	Конкурс рисунков	Привлекать родителей к формированию интереса детей к физической культуре Пропаганда здорового образа жизни
		«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх»	Беседа	Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в выходные дни
Февраль	1	«День Защитника Отечества»	Праздник физкультурно-музыкальный	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях
		«Защитники Отечества»	Фотовыставка Выставка рисунков детей	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности
		«О детской одежде для зимних прогулок»	Рекомендации	Формирование представлений о здоровом образе жизни
		День открытых дверей – «Наша спортивная семья»		Создать положительную эмоциональную обстановку
	2	«Ребенок дома»	Консультация	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей
		«Физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей»	Беседа, рекомендации	Помочь родителям оценить эффективность использования физических упражнений в сохранении и укреплении здоровья детей
	3	«Зимние прогулки»	Беседа	Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ Пропаганда здорового образа жизни
		«Влияние спортивных привычек на здоровье ребенка»	Консультация	Привлекать родителей к формированию интереса детей к физической культуре

	4	<p>«День рождения»</p> <p>«Я люблю свою семью»</p> <p>«Упражнения для развития правильной осанки»</p>	<p>Поздравление зимних именинников</p> <p>Чаепитие</p> <p>Выставка рисунков</p> <p>Рекомендации</p>	<p>Привлечение родителей к организации чаепития и мероприятия</p> <p>Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности</p> <p>Познакомить родителей с упражнениями для развития правильной осанки</p>
Март	1	<p>Праздник «Нам не страшны преграды, если мама рядом»</p> <p>«Упражнения для развития правильной осанки»</p> <p>«Широкая Масленица»</p>	<p>Праздник музыкально-физкультурный</p> <p>Консультация</p> <p>Физкультурный праздник</p>	<p>Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательной-игровой деятельности</p> <p>Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей</p> <p>Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ</p>
	2	<p>«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома»</p> <p>«Спортивный уголок»</p>	<p>Беседа</p> <p>Рекомендации</p>	<p>Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни</p> <p>Познакомить родителей с полезным оборудованием для сохранения и укрепления здоровья детей</p>
	3	<p>«Мой мяч»</p> <p>«Роль подвижных игр в оздоровлении детей»</p> <p>«Домашний «стадион»</p>	<p>Консультация</p> <p>Беседа</p> <p>Рекомендации</p>	<p>Рассмотреть эффективность физических упражнений с мячами для развития мелкой мускулатуры рук</p> <p>Познакомить родителей с подвижными играми и их значением на сохранение здоровья детей</p> <p>Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни</p>
	4	<p>«Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ»</p> <p>Неделя здоровья с 25 по 29 марта</p>	<p>Беседа</p> <p>Помощь родителям в организации</p>	<p>Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома</p> <p>Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к</p>

				заботе о собственном здоровье
Апрель	1	«Роль подвижных игр в оздоровлении детей»	Консультация	Познакомить родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома
		«Спортивная семья»	Консультация	Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома
	2	«Люблю тебя, мой край родной»	Экскурсия в музей	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Создать положительную эмоциональную обстановку
		«Физкульт-Ура»	Рекомендации	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты Пропаганда здорового образа жизни
3	Подготовка плакатов для выставки	Конкурс	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности	
	Босиком за здоровьем»	Консультация	Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей	
4	«Движение и здоровье»	Консультация	Предложить родителям оценить, каким движениям ребенок отдает предпочтение	
	«Красивая осанка» «Развиваем ловкость у детей»	Беседа, рекомендации	Познакомить родителей с комплексами физкультурных упражнений для формирования правильной осанки Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия	
Май	1	«Спорт, спорт, спорт»	Фотовыставка	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Пропаганда здорового образа жизни
		«Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка»	Консультация	Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
	2	«День Победы» «Использование атрибутов для повышения интереса у детей к	Праздник физкультурно-музыкальный Рекомендации	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях

		<p>физкультуре»</p> <p>«Упражнения для профилактики плоскостопия»</p>	Консультация	<p>Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома</p> <p>Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия</p>
	3	<p>«Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре»</p> <p>«Осторожно – Лето»</p> <p>«Закаливание детей в летний период»</p>	<p>Беседа</p> <p>Консультация</p>	<p>Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни</p> <p>Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в летний период</p>
	4	<p>«Наши достижения»</p> <p>Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья</p>	<p>Родительское собрание</p> <p>Рекомендации</p>	<p>Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы родительского клуба «Ягодка»</p> <p>Составление плана работы на следующий год</p> <p>Познакомить родителей с физкультурным оборудованием для проведения занятий физическими упражнениями в домашних условиях</p>
Июнь	1	<p>День открытых дверей</p> <p>«День защиты детей»</p>	<p>Выставка поделок ко дню защиты детей</p> <p>Подготовка театрализованного представления</p> <p>Физкультурный праздник</p>	<p>Доставить радость общения детям с родителями</p> <p>Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни</p> <p>Доставить детям радость общения с родителями</p> <p>Повышать интерес детей к физической культуре</p> <p>Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ</p> <p>Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях</p>