

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГАУСО «КЦСОН «Наз» МТЗиСЗ РТ
в Балтасинском муниципальном районе»
Г.А. Ахмадиева
«10» января 2022 г.

**Программа
родительского клуба «Забота» для многодетных семей
«Вместе шагаем в здоровое будущее»
(статус-постоянно действующий)**

Разработчик программы: Отделение социальной помощи семье и детям
ГАУСО «КЦСОН «Наз» МТЗ и СЗ РТ в Балтасинском муниципальном районе».

Цель программы - повысить компетентность родителей в вопросах оздоровления и укрепления здоровья многодетной семьи и детей с созданием непрерывной системы оздоровительной работы в ближайшем окружении. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у членов многодетной семьи привычки к ведению здорового образа жизни.

Задачи:

Для детей:

- укреплять и охранять здоровье детей;
- формировать потребность в соблюдении навыков здорового образа жизни;
- дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;

Для родителей:

- повысить педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья членов своей семьи, формирования навыков здорового образа жизни;
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
- заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье;
- формировать негативного отношения к асоциальным явлениям, употребления алкоголя, табака и т.д.

Основными принципами родительского клуба являются:

- добровольность;
- компетентность;
- соблюдение педагогической этики;
- сотрудничество – конфиденциальность.

Актуальность:

В настоящее время остро встала проблема болезненности населения. Все чаще и чаще мы узнаем о болезнях, которые добавляет нам экология, загрязненность воды, ненатуральные продукты. Ребенка надо приучать к здоровому образу жизни с самого раннего возраста. Ведь каждый человек физически продолжается в своих

детях, внуках, в своих потомках. Все то, чему мы научим своих детей, то они понесут в свои семьи. Каждый знает, что самое дорогое - это здоровье, но, к сожалению, мало кто находит силы за ним следить, работать над его укреплением. Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми.

Основной проблемой является, недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Сегодня важно формировать и поддерживать у родителей интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Помочь понять им, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие. Быть родителем – огромная ответственность, быть родителями двоих и более детей – особенно важно. Поведение родителя в многодетной семье сразу «скопируется» каждым ребенком по отдельности и передастся в будущем следующим поколениям.

Уникальность:

Отличительной особенностью программы «Вместе шагаем в здоровое будущее» является формирование культуры членов многодетной семьи через физкультурно-оздоровительное направление, а также способствование развитию многосторонних способностей детей.

Результаты:

- Расширение представлений о здоровом образе жизни детей;
- Повышение родительской грамотности по сохранению и укреплению здоровья ребенка;
- Повышение мотивации родителей и детей к приобщению и ведению здорового образа жизни, к физической культуре в повседневной жизни и на активном отдыхе;
- Выработка новых форм работы с родителями;
- Распространение опыта работы по охране и укреплению здоровья семьи;
- Профилактика интернет зависимости.

Популяризация практики и ее информационное сопровождение:

- Разработка методических материалов для родителей и детей по соблюдению здорового образа жизни, вредных привычек.
- Освещение о реализации программы «Вместе шагаем в здоровое будущее» в социальных сетях и СМИ.
- Информирование населения в виде буклетов и памяток.

В реализации программы принимают участие:

- сотрудники отдела по делам молодежи и спорту (далее ОДМС);
- специалисты отделения социальной помощи семье и детям КЦСОН «Наз» (далее ОСПСиД);
- сотрудники отдела культуры (далее ОК);
- специалисты ГАУЗ «Балтасинская ЦРБ» (далее ЦРБ);
- сотрудники МКУ «Управление образования» (далее МКУ «УО»);
- представители общественных районных организаций «Союз отцов», Общества инвалидов, Женсовет;
- индивидуальные предприниматели, спонсоры, благотворители.

Место проведения: населенные пункты Балтасинского муниципального района.

Участники: Многодетные семьи.

Периодичность: 1 раз в месяц

План мероприятий

Организационная часть:

- анкетирование родителей;
- разработка консультации, рекомендаций для родителей и детей по физическому воспитанию и оздоровлению;
- Подбор методического и дидактического материала.

Основная часть:

План мероприятий занятий по программе «Вместе шагаем в здоровое будущее»

№ п/п	Наименование и форма занятия.	Количество занятий
1	«Что мы знаем о ЗОЖ», исследование	1
2	«Я хозяин своего здоровья», тренинг	1
3	«Сон и его значение для здоровья человека», исследование	1
4	«Закаливание в домашних условиях», беседа	1
5	«Как сохранять и укреплять своё здоровье, иммунитет», беседа	1
6	«Подвижные игры на свежем воздухе», игровая программа	1
7	«Труд и здоровье», практикум	1
8	«Моё здоровье в моих руках», тренинг	1
9	«Движение – это жизнь», акция	1
10	«Вредные привычки и их профилактика», диспут	1
11	«Лесная аптека на службе человека», познавательная игра	1
12	«Умеем ли мы отвечать за свое здоровье», беседа	1

План мероприятий по программе спортивно-оздоровительного направления «Вместе шагаем в здоровое будущее»

№ п/п	Содержание деятельности	Время проведения	Ответственный
1	Мониторинг состояния здоровья, опрос	январь, декабрь	ОСПСиД ЦРБ
2	Ведение малых форм здоровье сбережения. «Утренний сбор», приветствие	начало каждого занятия	ОДМС, ОСПСиД
3	Запись в спортивные кружки и секции	сентябрь	ОДМС, ОСПСиД, МКУ «УО»
4	Проведение матча по футболу	сентябрь, май	ОДМС
5	Проведение традиционного	октябрь	ОДМС,

	праздника «Осенний марафон»		МКУ «УО», ОСПСиД
6	Проведение Дней здоровья	ноябрь, февраль, апрель	ОДМС, ОСПСиД, ОК
7	Соревнование «К здоровью через движение»	январь, март	ОДМС, ОСПСиД, ОК
8	Проведение спартакиады «Папа, мама, я – спортивная семья»	май, июль	ОДМС, ОСПСиД, ОК,
9	«О здоровье всерьез»	август	ОСПСиД, ОДМС, ОК
10	«Виды и правила закаливания», беседа	август	ЦРБ
11	Обмен опытом «Как прививать ребенка к спорту»	ноябрь	ОДМС, ОСПСиД
12	Итоговое спортивное развлечение ««Вместе шагаем в здоровое будущее»	декабрь	ОДМС, ОСПСиД