

A winter scene with children playing in the snow in front of a large white building. The children are wearing colorful winter clothing and hats. The building has many windows and is partially obscured by snow-covered trees. The sky is bright and overcast.

**Санкт-Петербург  
Василеостровский район**

**Государственное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №15  
«Яблонька»**



# Методическая разработка

Организация совместной двигательной  
деятельности детей и их родителей в  
семейном клубе «Здоровье»

Автор: инструктор по физической культуре  
Никитина Светлана Григорьевна





## Цель

**Укрепление здоровья детей, через улучшение их психоэмоционального и физического состояния, используя совместную двигательную деятельность родителей с детьми.**



## УЧАСТНИКИ ЗАНЯТИЙ

- Дети 3-4 лет, адаптирующиеся к условиям детского сада
- Их родители, желающие получить знания, навыки и умения в области дошкольной педагогики
- Руководитель занятий – дошкольный педагог



## Задачи занятий

- Повышение двигательной активности детей, улучшение их физического развития.
- Формирование у родителей знаний в области дошкольной педагогики, психологии и физического воспитания.
- Создание у детей и родителей благоприятного психоэмоционального состояния, снижение негативных реакций при адаптации детей к дошкольному учреждению.





# Структура занятий в семейном клубе

## Вводно-подготовительная часть:

**Цель:** настроить взрослых и детей на предстоящую совместную двигательную-игровую деятельность и подготовить их к физической нагрузке

**Содержание:** традиционное приветствие, разные виды ходьбы, бег в детско-родительской паре, игровые упражнения



# Структура занятий в семейном клубе

## Основная часть:

**Цель:** формировать умение выполнять упражнения в паре, рядом друг с другом, с помощью друг друга

**Содержание:** общеразвивающие упражнения и основные движения, танцевально-гимнастические упражнения, подвижные игры



# Структура занятий в семейном клубе

## Заключительная часть:

**Цель:** снять напряжение, привести функции организма к нормальному состоянию

**Содержание:** игровые упражнения, подвижные игры, пальчиковая гимнастика, упражнения из методики Джекобсона, свободная двигательная деятельность, совместная творческая деятельность.



# Способы взаимодействия взрослых и детей

*Взрослый-партнер*  
выполняет физические  
упражнения  
одновременно с  
ребенком в паре.



# Способы взаимодействия взрослых и детей

## *Взрослый-тренер*



помогает ребенку  
правильно  
выполнить  
упражнение,  
страхует его.

# Способы взаимодействия взрослых и детей

## *Взрослый-помощник*



помогает сделать  
упражнение для  
ребенка наиболее  
интересным





## Проект включает:

- Методическая разработка по организации совместной двигательной деятельности детей и их родителей в семейном клубе «Здоровье»
- Листы диагностики, позволяющие оценить эффективность работы
- Комплекс совместных упражнений взрослого с ребенком с использованием мяча-фитбола
- Материал по работе с нетрадиционным оборудованием