

Муниципальное образование
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
городской округ город Ханты-Мансийск

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 «Одуванчик»
(МБДОУ Детский сад № 9 «Одуванчик»)

**Родительское собрание в подготовительной группе на тему:
«Здоровье наших детей в наших руках»**

Воспитатель: Якобюк М.Н.

Ханты-Мансийск, 2022 г

Цель:

Создание условий для повышения педагогической грамотности родителей (законных представителей) о здоровом образе жизни семьи и его значении в воспитании детей.

Задачи:

1. Ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.
2. Формировать у родителей мотивацию здорового образа жизни, ответственность за свое здоровье и здоровье своих детей.
3. Повысить педагогическое мастерство родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.
4. Развивать чувство единства, сплоченности.

Участники родительского собрания: родители, воспитатели, инструктор по физ..

Предварительная работа:

1. Создание буклетов на тему «Мы за здоровый образ жизни».
2. Террору нет.
3. Безопасность на дороге.
4. Пожарная безопасность.

Повестка дня:

1. Выступление воспитателя «Здоровье наших детей в наших руках».
2. Выступление инструктора по физической культуре.
3. Выступление мед.сестры.
4. Разное: Инструктаж родителей по ПДД, ОБЖ, пожарной безопасности, антитеррору.
5. Игровой тренинг с родителями «Здоровый образ жизни» (составление коллажа).
Рефлексия
6. Принятие решения собрания.

Ход родительского собрания.

1. Выступление на тему «Здоровье наших детей в наших руках»

Добрый вечер, уважаемые родители! Прежде, чем начать наш разговор, давайте представим, что мы с вами отправляемся в путешествие. Прошу вас нарисовать воздушный шар. *(Слайд 1. Картинка с воздушным шаром)*

В корзине шара нарисуйте себя. С собой мы берем девять важных ценностей: любовь, семья, друзья, здоровье, деньги, успех, удача, работа... Итак, мы с вами начинаем путешествие. Мы летим по голубому небу, светит яркое солнце, но вдруг шар начинает терять высоту. Мы падаем и нам необходимо выкинуть три из тех ценностей, которые у нас в корзине. Отлично. Теперь мы можем продолжить путешествие. Шар снова набирает высоту. Но через некоторое время шар снова теряет высоту и нам надо снова выкинуть балласт – еще три из взятых ценностей. Итак, что же у вас осталось.

Результат озвучивают родители, а педагог фиксирует данные на мольберте, прикрепляя магниты.

Обратите внимание, что здоровье оставили все.

Тема нашей встречи «Здоровье наших детей в наших руках» (слайд 2).

Еще мудрый Сократ говорил: «Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто». Здоровье нужно нам и нашим детям. И вряд ли, можно найти родителей, которые бы не хотели, чтобы их дети росли здоровыми. А, по вашему мнению, каков он здоровый ребенок?

Высказывания родителей.

По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения:

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Сейчас я познакомлю вас с некоторыми здоровьесберегающими технологиями, которыми вы сможете воспользоваться и дома, играя со своим ребенком.

(Слайд: зарядка). **Каждое утро начинается в группе с утренней зарядки.** Утренняя зарядка помогает организму пробудиться от сна; способствует повышению работоспособности; улучшает самочувствие; дает бодрость.

«Если день начать с зарядки – значит, будет всё в порядке!» – так гласит народная поговорка.

Дыхательная гимнастика: (слайд).

Дыхательная гимнастика - восстанавливает нарушение носового дыхания, улучшает дренажную функцию лёгких, положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении и лёгочной ткани, повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, улучшает нервно-психическое состояние.

Пальчиковая гимнастика . (слайд).

Пальчиковая гимнастика - развитие мелких движений кисти рук, подвижности пальцев. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любое удобное время, а также во время занятий.

Показ видеофрагмента пальчиковой игры. (слайд).

Подвижные и спортивные игры (слайд).

Важнейшим ежедневным занятием с детьми являются подвижные игры. Мы часто удивляемся способностям детей целый день проводить в играх, иногда даже ругаем за неугомонность и неумение спокойно посидеть на одном месте. А между тем, для детей, такая двигательная активность жизненно необходима. Самой природой в ребенке заложена любовь к играм, к движению, которая приносит огромную пользу здоровью маленького человека. Организация подвижной игры является обязательной частью проведения НОД, развлечения или праздника.

Физкультурные занятия (слайд).

Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у детей жизненно необходимые в различных видах деятельности двигательные умения и навыки.

Прогулки (слайд).

Ежедневные прогулки в любую погоду, за исключением холодных температур. Они оздоравливают и развивают. Пока дети на свежем воздухе, в группе проводятся проветривание, влажная уборка.

Дневной сон (слайд).

Обязательный дневной сон, как один из периодов отдыха организма.

Дневной сон детям не просто нужен, он им необходим. Об этом же говорят практически все педиатры, психологи и неврологи.

Гимнастика после сна (Слайд)

Рациональное питание (слайд).

Рациональное питание является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка, оказывает самое непосредственное влияние на его жизнедеятельность, рост, состояние здоровья.

Основным принципом правильного питания дошкольников служит максимальное разнообразие пищевых рационов.

Культурно – гигиенические навыки (сл).

Большое значение в профилактике различных заболеваний принадлежит личной гигиене. Личная гигиена – это основа здоровой, полноценной и счастливой жизни ребенка.

Закаливание организма. (слайд).

Закаливание – это повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Самомассаж. (Слайд).

Проводим в различных формах физкультурно-оздоровительной работы или во время физ. минуток, в целях профилактики простудных заболеваний. Посмотрим фрагмент видео игры с массажными мячиками. (Слайд).

А теперь я предлагаю Вам поделиться своим жизненным опытом. У меня в руках мяч, он для нас будет эстафетной палочкой. Мы будем передавать его по кругу, и тот человек в чьи руки попал мяч, продолжает моё предложение. А предложение будет у нас одно для всех:

“Мой ребёнок будет здоров если я...”

Ответы родителей.

2. Для выступления я хочу пригласить инструктора по физической культуре Елену Викторовну. Елена Викторовна покажет мастер класс по теме: «Нейроигры, как один из компонентов здоровьесбережения».

3. Для выступления, я приглашаю нашу мед.сестру Светлану Михайловну.

4. А закончить свое выступление я хочу небольшой притчей. (Слайд).

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот он решил придумать такой вопрос, чтобы мудрец на него не смог ответить.

И он пошёл на луг, поймал бабочку. Посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: «Спрошу-ка, я у мудреца: скажи, о, мудрейший, какая бабочка у меня в руках: живая или

мёртвая?»

Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрёт, а если он скажет – мёртвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мёртвая?» И тогда мудрец сказал «Всё в твоих руках, человек!». *(Слайд).*

Наше здоровье и здоровье наших детей в наших руках.

Спасибо за внимание!

II. Игровой тренинг с родителями «Здоровый образ жизни» (составление коллажа).

Материал: различные газеты, журналы, рекламные буклеты; клей; ножницы; ватман.

- Уважаемые родители, а сейчас я Вам предлагаю разделить на две группы и из сюжетных картинок газет, журналов, буклетов создать коллаж на тему «Здоровый образ жизни». Одному из участников вашей команды нужно будет представить его.

Решение родительского собрания.

1. Родителям принять к сведению информацию, прислушиваться и выполнять советы и рекомендации педагогов и специалистов детского сада по воспитанию здорового ребенка и приобщению детей к здоровому образу жизни.

2. Педагогам в течение дня большее внимание уделять применению здоровьезберегающих технологий.

3. Уделить большое внимание по безопасности жизни детей (пожарная безопасность, ПДД, террор, ОБЖ).

В конце родительского собрания раздаются буклеты.