

МБДОУ «Детский сад №10 Г.Беслана»

**Родительское собрание во II
младшей группе
«Береги здоровье с молодую»
(в форме деловой игры)**

Воспитатель: Дулаева И.Ю.

ЦЕЛЬ: Формирование у родителей устойчивой мотивации к сохранению укрепления здоровья своих 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. Повысить уровень знаний родителей в области закаливания организма детей дома и в детском саду.

План:

- 1 Вступительное слово Дулаевой И.Ю.
- 2.Разминка.
- 3 Вопрос-ответ (работа с карточками по ЗОЖ)Келехсаева А.А.
- 4.Игра «Хорошо-плохо»Дулаева И.Ю.
- 5 Игра «Топаем-хлопаем»Келехсаева А.А.
- 6.Игра — загадки с шарами.Дулаева И.Ю.
- 7.Выступление инструктора по физкультуре Беркаевой И.М.«Здоровье ребенка в ваших руках»
- 8.Кроссворд «Здоровье»Келехсаева А.А.
9. Итог собрания.Дулаева И.Ю.

Материал: карточки-картинки по здоровому образу жизни, смайлики, кроссворд на тему «Здоровье», маркеры, шары.

Ход собрания:

(Воспитатель Дулаева И.Ю. приветствует родителей)

Приветствуем всех, кто время нашёл

И в сад к нам на собрание о здоровье пришёл.

Зима пусть стучится ветрами в окно, Но в

группе у нас и светло и тепло! Мы здесь

подрастаем, взрослеем мы здесь И

набираем естественно вес.

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны.

Нам спорт с физкультурой как воздух нужны.

А с ними порядок, уют, чистота,

Эстетика, в общем, сама красота!

Здоровье своё бережём с малых лет,

Оно нас избавит от боли и бед!

Для начала проведем с вами разминку.

Разминка с родителями.

Прошу всех прямо встать

И то, что скажу, всем выполнять.

Дышите... Не дышите...

Наклонитесь... Улыбнитесь...

На один-два быстро сядьте,

На три-четыре быстро встанете. Наклонитесь

вправо-влево

И вдохните глубоко! (Звучит музыка)

Воспитатель Келехсаева А.А.: Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения. Такой ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и детей.

Что взрослые могут сделать, для того чтобы приобщить детей к здоровому образу жизни?

- Что такое здоровье? Рассуждения родителей.

Это состояние организма человека, при котором все его органы полноценно функционируют.

По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ, здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов).

Исследования показывают, что здоровье ребенка только на 7 — 8 % зависит от здравоохранения и больше чем на половину - от его образа жизни. Именно поэтому каждый взрослый должен стать кузнецом собственного здоровья и здоровья своих детей.

У вас, дорогие родители, на столе лежат карточкикартинки, попробуйте расшифровать их и сформулировать определения, которые характеризуют понятие «Здорового образа жизни».

Так что же такое здоровый образ жизни?

Предполагаемые ответы родителей:

- Рациональный режим;
- Полноценное, сбалансированное питание;

- Двигательная активность и достаточное пребывание на свежем воздухе;
- Гигиенические условия;
- Психологический микроклимат в семье; • Закаливание;
- Профилактика курения, алкоголизма.

Воспитатель Дулаева И.Ю.: Выходные в жизни ребенка, как они проходят?

Общеизвестно, что «Понедельник — день тяжелый». Как показывает практика и свидетельствует статистика, ребенок в понедельник приходит в детский сад утомленным и раздражительным. Давайте попробуем разобраться в причинах этого «нездоровья».

Мы предлагаем вам поиграть в игру «Хорошо — плохо».

Я буду называть вам качества, а вы, дорогие родители, если оно не вредит ребенку — поднимаете смайлик, если вредит — не поднимаете.

(Воспитатель чередует вопросы хорошо - плохо)

Хорошо:

- общение с родителями; • семейное чаепитие; • совместные игры; • чтение книг; • посещение театра, цирка; • совместный труд;

Плохо:

- нарушение режима дня и питания; • дальние поездки в переполненных рейсовых автобусах;
- сидение перед телевизором; • безнадзорность; • шумные компании гостей.

Здоровье — это не только физическое, но и психическое, душевное состояние ребенка, которое в первую очередь зависит от того, как мы любим своего малыша. В развитии личности ребенка особенно велика роль семьи. Основу семейного воспитания составляет любовь. Считается, что детства, наполненного любовью, хватает на всю жизнь. И поэтому первоочередной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся.

Любить — это принимать ребенка таким, какой он есть, чувствовать себя с ним неразрывно.

Ясно, что все родители любят своих детей, но не всегда умеют передать свою любовь ребенку.

Как любить ребенка?

Воспитатель Келехсаева А.А.: Мы попытаемся сейчас выяснить. Я буду называть способы передачи любви, а вы, если считаете их приемлемыми — хлопайте в ладоши, нет — топайте ногами: высказывать замечания в оскорбительной форме;

- больше и чаще смотреть ребенку в глаза;
- бесконечно обнимать и целовать ребенка;
- угрожать ребенку;
- постоянно критиковать ребенка;
- гладить по голове;
- уметь выслушать;
- вступать в игру малыша;
- считаться с мнением ребенка;
- поддерживать его идеи и начинания;
- стараться понять, о чем думает ребенок, почему ведет себя так, а не иначе;
- внушать ребенку, что он все может, если только поверит в себя и будет работать;
- использовать физические наказания;
- кричать, приказывать;
- лишать ребенка внимания и заботы.

Мы все хотим видеть своего ребенка здоровым.

Позвольте прочитать вам стихотворение.

Болеет без конца ребёнок.

Мать в панике, в слезах: и страх, и грусть.

• Ведь я его с пелёнок,

Всегда в тепле держать стремлюсь.

В квартире окна даже летом

Открыть боится — вдруг

сквозняк, С ним то в больницу,

то в аптеку, Лекарств и

перечесать нельзя. Не мальчик,

словом, а страданье.

Вот так, порой, мы из детей,

Растим тепличное создание,

А не бойцов-богатырей.

Здоровый, крепкий и развитый ребёнок.

Как добиться этого? Что для этого делаем мы? Как укрепить здоровье детей, избежать болезней?

Надо ежедневно проводить закаливающие процедуры, подбирать правильно одежду для ребенка.

Что такое закаливание?

Под закаливанием понимается постепенное повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды (холоду, жаре, изменению атмосферного давления). Закаливание укрепляет организм ребенка. Закаленные люди, как правило, меньше подвержены простудным заболеваниям.

Воспитатель Дулаева И.Ю.:

Мы принесли сюда шары

Очень симпатичные. В

них загадки лежат

Крайне необычные.

Шар любой вы выбирайте и на вопросы отвечайте.

(Родители по очереди прокалывают шар и достают загадку)

Вопросы:

1. Что необходимо делать для укрепления наших мышц?
(Ответ: физическую зарядку)
2. Что нужно есть, когда занимаешься спортом? (Ответ: мясо, питательные продукты, например, бобовые: горох, фасоль)
3. Для чего нужно соблюдать режим дня? (Ответ: чтобы предупредить развитие утомления, повысить общую сопротивляемость организма)
4. Роль пищи в жизни человека (Ответ: для роста, ходьбы, бега, игр, чтобы жить)
5. Какие виды закаливания Вы знаете? (Ответ: солнце, воздух и вода)
6. Правила гигиены перед едой. (Ответ: ВЫМЫТЬ руки с мылом). А вы знаете, что руки нужно мыть 30 секунд, чтобы убить микробы.
7. Что закаливанию помогает и полезно нам всегда? (солнце, воздух, вода)
8. Полоскание горла водой разной температуры, обливание, контрастный душ, игры на улице, хождение босиком, обтирание, проветривание. Что это? (виды закаливания).

9. Комплекс гимнастических упражнений, выполняемый обычно по утрам (зарядка.)

10. Для чего нужна зарядка (Для укрепления мышц, приведение организма в тонус, для улучшения сна, аппетита, повышение трудоспособности).

11. Какие виды гимнастик Вы знаете?

(утренняя гимнастика, Дыхательная, пальчиковая, для глаз, артикуляционная).

12. Что важно соблюдать в домашних условиях? (режим дня).

13. Спортивное устройство для тренировки определенной группы мышц. (тренажер).

Если мы хотим, чтобы наши дети выросли здоровыми и трудолюбивыми, нужно развивать и поддерживать у них потребность в движении, физических нагрузках. Двигательная активность - естественная потребность ребенка, такая же важная, как сон и еда. Этому служат: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, самостоятельная активность детей в спортивных уголках в группе, досуги, динамические паузы на занятиях, подвижные игры на прогулках и конечно очень важны закаливающие процедуры. Одним из эффективных методов закаливания является ходьба босиком. Еще в Древней Греции "босохождение" было культом, а дети получали право на ношение обуви с 18 лет. А знаете ли вы, что подошвы ног - это один из самых мощных рефлексогенных зон организма человека. Ноги являются своеобразным щитом с 72 тысячами нервных окончаний. Раздражение активных точек стопы является профилактикой многих заболеваний. В детском саду мы с детьми ходим босиком по дорожке здоровья.

Важным условием укрепления здоровья ребенка является выполнение единого двигательного режима в детском саду и дома. В выходные дни необходимо обязательно выходить с детьми на прогулку не менее 2 раз в день. Пусть на прогулке ребенок больше двигается, играет в подвижные игры.

Выступление инструктора по физической культуре Беркаевой И.М.
«Здоровье ребенка в ваших руках».

1. Комплекс гимнастических упражнений, выполняемый обычно по утрам (зарядка).
2. Двух- или трехколесное приспособление для езды, приводимое в движение педалями (велосипед).
3. Вид закаливания, основанный на ходьбе босиком по разным поверхностям (босохождение).
4. Спортивный атрибут, применяемый для вращения вокруг талии, и не только (обруч).
5. Напиток на основе целебных травяных отваров (фиточай).
6. Органическое вещество, очень полезное для здоровой жизнедеятельности организма (витамины).
7. Цель для тренировочной стрельбы (мишень).
8. Спортивное устройство для тренировки определенной группы мышц (тренажер).

	2						
	В						
	Е						
	Л					7	
	О					М	
	С	3		5		И	
	И	Б	4	Ф		Ш	8
	П	О	О	И		Е	Т
1	Е	С	Б	Т	6	Н	Р
3	Д	О	Р	О	В	Ь	Е
А		Х	У	Ч	И		Е
Р		О	Ч	А	Т		Н
Я		Ж		Й	А		А
Д		Д			М		Ж
К		Е			И		Е
А		Н			Н		Р
		И			Ы		

Центральное слово - ЗДОРОВЬЕ

Воспитатель Дулаева И.Ю.: Мы Семья — это значит — мы вместе.
Ребенок умеет любить того, кто его любит, его можно воспитывать
только любовью.

Пусть выражение «Береги здоровье смолоду» станет девизом нашей
совместной работы по укреплению физического, психического,
социального здоровья наших детей.

Будем растить детей здоровыми,

Энергичными и толковыми.

Рано утром не ленитесь,

На зарядку становитесь.

Пусть помогут нам всегда

Солнце, воздух и вода.

Наша самая главная задача — это выработать у детей разумное
отношение к своему организму, привить необходимые санитарно-
гигиенические навыки, научить вести здоровый образ жизни с
раннего детства. И только совместными усилиями педагогов и
родителей можно решить эту задачу.

И в заключении мы хотим провести с вами упражнение «Желаю
Вам» (сидя в кругу, сделать комплимент сидящему рядом участнику)

Желаю Вам и Вашим детям здоровья;

Желаю Вам, чтобы Вас всегда любили дети...

Решение родительского собрания:

1. Создать необходимые условия для реализации потребности ребенка в двигательной активности в повседневной жизни (срок — постоянно, ответственные — воспитатели, родители).
2. Систематически интересоваться полученными знаниями детьми по формированию здорового образа жизни и закреплять их дома (постоянно-родители)

4. В выходные дни обязательно организовывать прогулки вместе с детьми.

4. В выходные дни обязательно организовывать прогулки вместе с детьми.

Zabejda



МБ  *Минский с/и ю. Беслава*
Хорова,