

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад» с.Добровольское

**Родительское собрание в младшей разновозрастной  
группе  
«Здоровье наших детей  
в наших руках»**

Автор составитель:  
О.Н.Тихонова

2018

## **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, воспитатель.

## **Повестка дня:**

- I. Выступление воспитателя «Здоровье наших детей в наших руках».
- II. Игровой тренинг с родителями «Здоровый образ жизни» (составление коллажа).

### **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.

В корзине шара нарисуйте себя. С собой мы берем девять важных ценностей: любовь, друзья, здоровье, семья, отдых, 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»

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 ребёнок?  
*Высказывания родителей.*

По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

От самого человека зависит очень многое, и здоровье в том числе. Учеными доказано, что на 20% здоровье зависит от наследственных факторов, 20% от факторов внешней среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, и 50 % - от образа жизни человека. Значит, наше здоровье зависит от наших привычек, от наших усилий по его укреплению.

Забота о воспитании здорового ребёнка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения. Главная цель детского сада - совместно с семьёй помочь ребёнку вырасти крепким и здоровым, дать ребёнку понять, что здоровье главная ценность жизни человека. В детском саду оздоровление детей происходит в течение всего дня. Сейчас я познакомлю вас с некоторыми здоровьесберегающими технологиями, которыми вы сможете воспользоваться и дома, играя со своим малышом.

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:**

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** . Пальчиковая гимнастика - развитие мелких движений кисти рук, подвижности пальцев. Провожу с детьми индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любое удобное время, а так же во время занятий.

Большой палец-стимулирует деятельность головного мозга;

Указательный- улучшает работу желудка

Средний-кишечник и позвоночник

Безымянный-улучшает работу печени

Мезинец-помогает работе сердца

### **Игры с прищепками.**

#### **Подвижные и спортивные игры**

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**

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**

Ежедневные прогулки в любую погоду, за исключением холодных температур (ниже -15 С). Они оздоравливают и развивают. Пока дети на свежем воздухе, в группе проводятся проветривание, влажная уборка.

#### **Дневной сон**

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 ( хождение по массажным дорожкам)**

#### **Рациональное питание**

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**

Большое значение в профилактике различных заболеваний принадлежит личной гигиене.

Личная гигиена – это основа здоровой, полноценной и счастливой жизни ребенка.

Начиная с раннего возраста необходимо формировать у детей навык личной гигиены. Что делаем для этого мы, в детском саду и советуем делать Вам:

Мы учим детей:

-мыть руки по мере загрязнения и перед едой, сначала под контролем взрослого, а к концу года самостоятельно;

-насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем;

-объясняем значение каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека

### **Закаливание организма.**

Закаливание – это повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды. В нашей группе, мы придерживаемся следующей схемы закаливания:  
Осень: Умывание лица и рук прохладной водой, игры с водой, ходьба по «дорожке здоровья».

Зима: Ходьба босиком, воздушные ванны после сна, дыхательная гимнастика;

Весна- лето: Сон без маечек, корригирующая гимнастика после сна, солнечные и воздушные ванны.

### **Самомассаж.**

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

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.*

### **А закончить свое выступление я хочу небольшой притчей.**

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!».

Наше здоровье и здоровье наших детей в наших руках.

Спасибо за внимание!

Протокол № 2

От 25.10.2018 г.

Присутствовали: 11 человек.

Отсутствовали: 2 человека:

1. Сеница В.

2. Исенова Э.

Родительское собрание в младшей разновозрастной группе «Ягодки».

Тема собрания: «Здоровье наших детей в наших руках»

Повестка дня:

1. Организационная игра « Путешествие на воздушном шаре»

2. Здоровьесберегающие технологии в ДООУ и группе в частности.

(Воспитатель Тихонова О.Н.).

3.Беседа медсестры о важности прививок. Сбор согласий.

Разное.

Ход собрания:

1. По первому вопросу выступила, воспитатель Тихонова О.Н.и провела с родителями игру, целью которой было донести до родителей, что здоровье это одно из основных ценностей в жизни человека.

Далее воспитатель дала определение понятию «Здоровье» и из чего оно складывается.

2. По второму вопросу воспитатель познакомила родителей с здоровьесберегающими технологиями которые практикуются в группе.

3. Медсестра Кусаева А.С. провела разъяснительную беседу о важности прививания от гриппа. Желающие пройти вакцинацию подписали необходимое соглашение.

Разное:

Воспитатель напомнил о своевременной оплате за Д/с; поблагодарил и вручил грамоты и хвалёнки за участие в конкурсе поделок родителей совместно с детьми «Осенний переполох».

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 здоровьесберегающих технологий.

Создать презентацию или видео ролик для родителей « Мы здоровыми растём» (осветить применяющие здоровьесберегающие технологии).

