Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Ручеек» с. Рыткучи»

**Сообщение к презентации для общего**

**родительского собрания**

**«Формирование основ здорового образа жизни**

**детей дошкольного возраста»**

Руководитель

физического воспитания

Евур О.И.

Октябрь, 2019 г

**Родительское собрание**

**«Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста»**

**Цель:**

реализация единого воспитательного подхода в приобщении ребенка к здоровому образу жизни в детском саду и дома.

**Задачи:**

* Познакомить родителей с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в условиях детского сада и дома.
* Формировать у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей.
* Развивать чувство единства, сплоченности.

**Повестка дня**1. Выбор секретаря родительского собрания.
2. Вступительное слово заведующего по теме родительского собрания (Манджиева З.В.)
3. Анализ работы медицинской сестры за 2018 - 2019 уч. Год (ст. медсестра Зинченко Е.А.)
4. Просмотр мультфильма из серии «Смешарики» - «Азбука здоровья» Проведение игры «Здоровый малыш». Видеоролик 1.
4.1. Введение в проблему «Цветок Здоровья».
4.2. Основная часть:
- Предметно-развивающая среда;
- Средства двигательной направленности;
- Оздоровительные силы природы;
- Гигиенические средства;
Видеоролик 2 ( руководитель физического воспитания Евур О.И.).
5. Анализ анкет для родителей.(заместитель заведующего по УВР Дубина И.В.
6. Разное (выборы в родительский комитет)
7.Подведение итога. Принятие решения.

**Ожидаемые результаты:**

Повышение компетентности родителей в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.

**Ход собрания:**

**Вступительное слово заведующего по теме родительского собрания (Манджиева З.В.)**

1. Вступительное слово руководителя физического воспитания

- Уважаемые родители! Наше собрание начнем с просмотра мультфильма «Смешарики». *(Просмотр мультфильма 1*)

**- «Иммунитет – залог здоровья»**. Ключевое слово в этом выражении – здоровье. Если я сейчас спрошу любого из Вас: что Вы считаете главным для своего ребёнка, то большинство, конечно, ответят – здоровье.

- Что же такое здоровье? В словаре С.И. Ожегова дается следующее толкование: «Правильная, нормальная деятельность организма».

- В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

- Исходя из принципа «здоровый ребенок + умный + желающий + умеющий = успешный ребенок» (на слайде), мы должны совместными усилиями осуществлять комплекс воспитательных и профилактических мер, направленных на укрепление здоровья растущего организма.

- Выдающийся педагог Януш Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они выпали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, выбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – и уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься».

- Следовательно мы, педагоги и родители, опираясь на основные законы и принципы здорового существования, должны создать необходимые условия и помочь детям обрести нужные знания в этом направлении.

**2. Введение в тему**

- А каким вы видите «Здорового ребенка»? У меня в руках кукла – образ младенца-крепыша. Пусть каждый из вас, взяв на руки малыша, закончит предложение: «Здоровый малыш тот, который …я добавляю - ест здоровую пищу! – передаю куклу одному из вас. *(Родители выполняют задание)*.

- А как ответили на этот же вопрос ваши дети? *(Просмотр видеоролика №1)*. - Все что вы сейчас назвали и услышали – это составляющие здорового образа жизни. Именно так звучит тема нашего собрания: «Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста».

 - В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются необходимые навыки и привычки, а так же приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

**3. Теоретическая часть.**

- Сегодня я предлагаю вам взрастить Цветок Здоровья! (Открыть).

Для того чтобы цветок жил, ему нужно создать условия. Ребенку тоже нужны условия. Ведь наши дети должны быть **здоровыми!** А какие условия, мы выясним прямо сейчас. Успешность нашей совместной работы в этом направлении обеспечит условия для цветка Здоровья – он расцветет!

- Чтобы открылись первые два лепестка, нам надо вспомнить слова Януша Корчака: самое главное….у ребенка должно быть что …желание быть здоровым! Итак, первый лепесток – ЖЕЛАНИЕ РЕБЕНКА БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!

- Содержание второго лепестка:…мы с вами должны его этому…НАУЧИТЬ! Второй лепесток – НАУЧИТЬ ЕГО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!

- Работаем дальше: для этого нужно…СОЗДАТЬ УСЛОВИЯ! (Третий лепесток). Посмотрите, как быстро расцветает наш Цветок Здоровья!

Прежде чем учить кого-то чему бы то ни было, надо…

 - НАУЧИТЬСЯ САМОМУ ВЗРОСЛОМУ!

Любое дело, чтобы дало положительные результаты, необходимо проводить…

- СИСТЕМАТИЧНОСТЬ!

А чтобы сохранить интерес, ребенок не должен оставаться один…

- ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ!

- Наш Цветок Здоровья расцвел! Потому что мы его обильно полили благоприятными факторами, способствующими успешному формированию основ здорового образа жизни.

 **4. Практическая часть**

- Цветок Здоровья расцвел, и мы с вами полны желания заняться оздоровлением наших детей. Самое время заняться **предметно - развивающей средой**. Она должна быть направлена на:

*Привитие стойких культурно-гигиенических навыков:* в комнатах для умывания размещены алгоритмы умывания, красивые кармашки для хранения расчесок.

*Развитие представлений о строении своего тела:* в специально оборудованных уголках находится: иллюстративный материал, дидактические игры, художественная литература, энциклопедии, плакаты. *Обучение навыкам безопасного поведения:* иллюстративный материал, дидактические игры.

*Формирование представлений об окружающей среде:* в уголке природы находятся: настольно-печатные игры, дидактические игры природоведческого содержания: природный материал, оборудование по уходу за растениями, календари погоды, энциклопедии, оборудование для детского экспериментирования и исследовательской деятельности, растения подобраны в соответствии с возрастом детей, и индивидуальной переносимостью.

*Формирование представлений о том, что вредно, что полезно для организма:* иллюстративный материал по данной теме, дидактические игры, альбомы с рисунками и фотографиями любимых и полезных продуктов питания.

*Формирование привычки в ежедневных физических упражнениях:* передвижные уголки с мелким физкультурным оборудованием и атрибутами.

- А вы, уважаемые родители, можете собрать дома свою библиотечку здоровья: с книгами о здоровом образе жизни, аудиоматериалами, фильмотекой любимых мультфильмов – их сейчас огромное количество. (Особенно подходят серии мультфильмов «Маша и медведь» и «Смешарики», «Мойдодыр»). Дети с удовольствием их смотрят, вам же остается после просмотра ненавязчиво поговорить о содержании мультфильма.

- А сейчас, уважаемые родители, я познакомлю Вас с комплексом здоровьесберегающих мер, используемых нами в режиме дня.

**Это средства двигательной направленности:**

* Физические упражнения (физкультурные занятия, ритмика, утренняя зарядка);
* Физкультминутки (во время занятий);
* Гимнастика (оздоровительная после сна - побудки);
* Пальчиковая, зрительная, дыхательная, корригирующая гимнастика (в режимных моментах);
* Подвижные и спортивные игры (в режимных моментах);
* Самомассаж.

**- Например, аурикулярный массаж – массаж ушных раковин.**

Показан детям с самого раннего возраста. Он помогает лучше работать и развиваться всем системам организма, усиливает концентрацию внимания, улучшает интеллектуальные возможности.

Лечение путем воздействия на ушную раковину применялось с древних времен. Самомассаж «Игра с ушками». *Проводится с родителями.*

- В течение всего дня в разных режимных моментах проводим с детьми различные виды зрительных гимнастик. **Главное правило: «Следить глазами удается, а голова на месте остается».** Чтобы снять ваше зрительное утомление, я предлагаю Вам выполнить одну из таких зрительных гимнастик. *Зрительная гимнастика (проводится с родителями)*

**Оздоровительные силы природы** имеют огромное значение для здоровья детей:

* Регулярные прогулки на свежем воздухе;
* Экскурсии;
* Походы;
* Солнечные и воздушные ванны;
* Водные процедуры;
* Закаливание.

**Гигиенические средства** содействуют укреплению здоровья и стимулируют развитие адаптивных свойств организма:

* Личная гигиена;
* Проветривание;
* Влажная уборка;
* Режим питания;
* Правильное мытье рук

5. Итог собрания.

- Уважаемые родители! Наше собрание подходит к концу. Мы говорили сегодня о различных способах и средствах приобщения детей к основам здорового образа жизни. Но не надо забывать, что всё же одним из мощных стимулов является - личный пример: вместе делаем гимнастику, идем в поход, на лыжах в лес, на горку и т.д. Мы должны научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье. Оно напрямую зависит от того, какой образ жизни ведет ваша семья. Главное личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, и тогда можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

- А сейчас давайте посмотрим еще раз на наших героев из мультфильма «Смешарики» - *(просмотр мультфильма 2)*. - Быть здоровым здорово?

- А что думают об этом наши дети? *(Видеоролик – дети.)*

- Сегодня вы узнали много интересного. Надеюсь, что данные рекомендации будете активно использовать дома. У нас одна общая цель: воспитывать здоровых детей. Здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители!

6. **Решение собрания**

 Предлагаю проект решения:

1. Вести здоровый образ жизни!

- Кто за?... Принято единогласно!

- В этих буклетах для вас, уважаемые родители, небольшие рекомендации. *(Раздать буклеты)*.

- Всем удачи! Благодарю за сотрудничество!