Родительское собрание во второй группе раннего возраста на тему:
«Здоровье детей в наших руках»
(дискуссия)

Время проведения: январь 2020 года.
Цель: познакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.
Задачи: создать условия для осознания родителями необходимости совместной работы детского сада и семьи для сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Ход (Н.А): Здравствуйте, уважаемые родители, мы рады приветствовать вас на нашем собрании! Прежде чем начать нашу встречу нам нужно выбрать секретаря и председателя собрания.

Сегодня с помощью дискуссии мы обсудим с вами на наш взгляд самую актуальную и болезненную тему **«О здоровье детей»,** представляю вашему вниманию повестку дня:
Повестка дня:

1. Доклад медсестры Чаплыгиной Н.В. «Заболеваемость в группе и в детском саду»

2. Дискуссия «Здоровье детей в наших руках» - Охлопкова Н.А., Бахарева О.П.

3. Разное

В начале, мы немного разомнёмся, предлагаем вам встать в круг.

Игра «Перемены». Эта весёлая разминка позволит узнать друг о друге некоторые факты и подвигаться. По ходу игры, вы будете меняться местами, если вам подходит, то, что я скажу. Готовы? Поменяйтесь местами те: 1/ Кто чистит с ребёнком зубы на ночь; 2/ Кто не даёт детям долго смотреть телевизор; 3/ У кого в семье есть традиции отдыха на природе; 4/ Кто занимается спортом. 5/ Кто по утрам делает зарядку. 6/ Кто придерживается с детьми режима дня детского сада в выходные дни.
Ваши перемещения показали, что всегда можно найти то, что объединяет людей. Сейчас я предлагаю вам вернуться на свои места.

Тема нашего собрания «Здоровье детей в наших руках».
Предоставляем слово медицинской сестре Чаплыгиной Н. В.

Н. А. Так как же укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и родителей и нас – педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети не болели, год от года становились здоровее, а став взрослыми, вошли в большую жизнь не только знающими и образованными, но и здоровыми.

По данным Министерства образования и науки РФ, самой острой проблемой остается низкий уровень физической подготовленности, физического развития детей и высокий уровень заболеваемости.

Давайте ответим на два простых вопроса:
1. Что такое здоровье? (ответы родителей).
По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

2. **Назовите причины или факторы, влияющие на состояние здоровья** – (ответы родителей) .
20% - наследственность;
20% - экология;
10% - развитие здравоохранения;
50% - образ жизни. Так давайте же будем бороться за эти 50%, чтобы они были процентами здорового образа жизни.

О. П. Скажите, верно ли утверждение, что в основном, детский сад должен заниматься вопросами сохранения и укрепления здоровья детей?
Обсуждение вопроса….
Прежде всего, нам, взрослым, необходимо прививать ребёнку осознанное отношение к собственному здоровью уже в дошкольном возрасте.
Мы в свою очередь серьёзно подходим к этому вопросу. Но, несмотря на такую масштабную работу, которая проходит в детском саду, необходимо, чтобы воспитание здорового ребёнка проходило в тесном сотрудничестве с родителями. Важно, чтобы забота о здоровье детей в детском саду сочеталась с заботой о ребенке в семье. Так как в первую очередь семья должна быть примером воспитания культуры здорового образа жизни.

Закон РФ «Об образовании» гласит (п.1 ст.18). «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка».

К сожалению, многие родители не могут служить для ребёнка положительным примером здорового образа жизни, так как часто злоупотребляют курением и алкоголем, предпочитают многочасовые просмотры телепередач и видеофильмов закаливанию, занятиям физкультурой, прогулкам на свежем воздухе. Сегодня очень важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей.

Н. А. Сегодня мы затронем лишь некоторые вопросы о здоровье и здоровом образе жизни, предлагаем вам выбрать цветочек какого-либо цвета (родители берут цветочек) и разделиться на 2 группы: цветочек красного цвета – оптимисты, жёлтого – пессимисты. (объяснить родителям их роль)

Оптимисты – люди, основной чертой которого является вера в положительный исход всех событий. Т.е. вы будете находить положительные стороны в вопросах, которые мы будем обсуждать.

Пессимист – люди, основной чертой которого является отрицательный исход всех событий, который утверждает: - Хуже, чем сейчас, быть не может. Т.е. вы будите находить отрицательные стороны в вопросах.

И, так начнём нашу работу в группах и немного подискутируем, начнём с обсуждения ситуации.

На обсуждение предлагаются ***практическая ситуация***:

1. Валина мама часто жалуется врачу, что её дочь болеет: «Чуть сквозит, она начинает кашлять. Зимой все дети на санках, а моя сидит дома бледная, с насморком. Почему одни дети не боятся простуды, а моя то и дело болеет? Советуют: надо закаливать ребёнка. А нам не до закаливания! Пусть здоровых закаливают!»

• Права ли мама? Закаливание – это хорошо или плохо? Группа пессимистов найдёт отрицательные стороны закаливания, а оптимисты положительные стороны на обсуждение даётся 2 минуты. Чья группа будет готова, поднимите руку (обсуждение в группах оптимисты проговаривают положительные стороны закаливания, пессимисты - отрицательные)

Закаливание для ребёнка имеет большее значение. При условии систематического и длительного выполнения мероприятий оно благоприятствует: **(Слайд 2)**

- общему улучшению самочувствия;
- уменьшению утомляемости;
- повышению иммунитета;
- совершенствованию всех функциональных систем;
- снижению простудных заболеваний;
- повышению стрессоустойчивости.

Как можно укрепить здоровье ослабленного ребёнка?

Для того чтобы поддержать ослабленный организм после перенесенного заболевания и окончательно выздороветь и окрепнуть необходимо придерживаться ряда простых правил: **(Слайд 3)**

- Хорошо высыпаться.
- Чаще бывать на свежем воздухе, совершать прогулки в парки, лес, к водоему.
- Следить за своим рационом, употреблять побольше кисломолочных продуктов.
- Стараться сохранять максимально позитивный настрой.
- Проводить укрепление иммунитета народными и лекарственными средствами.
- Заниматься физическими упражнениями.

<u>О. П.</u> Если мы хотим видеть своих детей здоровыми - надо ежедневно проводить закаливающие процедуры.

- Какие виды закаливания вы знаете?

Минимальное закаливание-это воздушные и водные процедуры, правильно подобранная одежда.
Конечно, не только закаливание помогает детям укрепить здоровье, но другие мероприятия связанные со здоровым образом жизни .

- Как вы думаете, с какого возраста ребенок может начать вести ЗОЖ? (ребёнок начнёт вести здоровый образ жизни, тогда, когда начнут его вести сами родители. А ведение здорового образа жизни в семье ведёт к сохранению и укреплению здоровья детей).
- Что вы подразумеваете под здоровым образом жизни? (занятия спортом, правильное питание соблюдение режима дня, прогулки на свежем воздухе)

У нас в группе, для укрепления здоровья детей проводятся следующие мероприятия:

а) облегчённая одежда в группе;
б) ежедневные прогулки;

в) умывание
г) подвижные игры
д) сбалансированное питание
е) гимнастика для глаз
ж) динамические паузы и физминутки
з) пальчиковая гимнастика
г) контрастное воздушное закаливание;
д) хождение босиком по массажному коврику;
е) ежедневная утренняя гимнастика и физкультурные занятия.

Н. А. Мы сегодня поговорили о здоровом образе жизни и как можно укрепить здоровье детей, давайте на последок подискутируем **Оптимисты** выскажут положительные стороны здорового образа жизни, а **Писсемисты** попробуют найти отрицательные стороны (работа в группах найти положительные и отрицательные стороны здорового образа жизни). **Вывод:** Поговорив, о достоинствах и недостатках мы всё-таки выяснили, что у здорового образа жизни больше положительного, чем отрицательного. Поэтому все будем вести здоровый образ жизни и приучать этому наших детей, потому что здоровье детей в наших руках.
Из всего выше сказанного нам нужно принять решение нашей дискуссии.
Решение родительского собрания:
Для укрепления и сохранения здоровья детей, внедрять здоровый образ жизни в каждую семью, для этого домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.

О. П. Сейчас мы проведём с вами небольшой тест.
Прошу Вас взять в руки чистые листы бумаги, внимательно слушайте и точно выполняйте инструкции. Попрошу Вас:
-закрыть глаза;
-не открывая глаз, согнуть лист пополам;
-не открывая глаз, согнуть еще раз пополам;
-не открывая глаз, оторвать верхний правый угол;
-не открывая глаз, оторвать нижний правый угол;
-не открывая глаз, оторвать верхний левый угол.

Откройте глаза и посмотрите, что у Вас получилось. Скорее всего, узоры у всех будут различными, хотя инструкция звучала для всех одинаково.
Вывод: Мы все очень разные, разные характеры, разные взгляды на жизнь, но есть одно, что объединяет нас, - это наши дети. Фигуры, сделанные Вами, не похожи друг на друга. Вот так же и наши дети все разные, но самые родные и любимые, так будем же беречь и укреплять здоровье детей опираясь на свой личный пример.
Разное

Решение родительского собрания:

1. Придерживаться рекомендаций и советов мед.персонала детского сада при проведении межсезонных мероприятий.
2. Использовать информацию, полученную на родительском собрании, для сохранения и укрепления здоровья детей. Домашний режим ребенка устанавливать в соответствии с режимом дня детского сада (особенно в выходные дни). 3.