**План – конспект круглого стола «Укрепление и сохранение здоровья дошкольников»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Форма взаимодействия с родителями (собрание, интерактивная игра, дискуссия и т.д.) | Содержание |
| 2. | Тема | Укрепление и сохранение здоровья дошкольников |
| 3 | Цель | Ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада. |
| 4 | Задачи | Информировать родителей о состоянии здоровья на период проведения собрания; создать условия для осознания родителями некоторых факторов, способных пагубно влиять на здоровье дошкольников, создать условия для осознания родителями необходимости совместной работы детского сада и семьи для сохранения здоровья дошкольников; разработать программу совместной работы дошкольного учреждения и семьи по сохранению и укреплению здоровья дошкольников. |
| 5 | Участники | Воспитатель, родители, дети. |
| 6 | Ход мероприятия:  (ПЛАН-КОНСПЕКТ) | **1.Подготовительный этап.**  Оформить приглашения на собрание  Подготовка материала для проведения педагогического всеобуча для родителей.  Проведение с детьми рисуночного теста «Здоровье и болезнь»  Проведение анкетирования с родителями «Условия здорового образа жизни в семье»  Подготовить анкету – опросник.  Запись на магнитофон высказываний детей: «Зачем надо закаляться?»  Оформление плакатов с цитатами: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» (В. А. Сухомлинский);  «Детей играми - оздоровим, себя – омолодим»  Пригласить врача-педиатра на собрание.  Украсить группу плакатами о здоровом образе жизни.  **2.Организационный этап**  Родители воспитанников рассаживаются за «круглый стол».  Воспитатель сообщает тему, цель и задачи родительского собрания.  **3.Вступительная часть.**  **Ведущий**: здравствуйте, уважаемые родители, за нашим «круглым столом» мы будем говорить об укреплении и сохранении здоровья детей.  **4.Обозначение проблемы**  В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.  **5.  Начало дискуссии, игры, собрания и т.д.**  **Ведущий**: Уважаемые родители, как вы думаете, что такое здоровый образ  жизни?  (Ответы родителей).  На сегодняшний день факторы городской окружающей среды отрицательно сказываются на развитии и здоровье ребенка. Рост количества детских заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и с самим образом жизни семьи ребенка, во многом зависящим от семейных традиций и характера двигательного режима.  Предлагаю вам оценить состояние здоровья вашего ребенка с помощью  **Ведущий**: сегодня очень важно нам, взрослым, формировать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей.  «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка», - гласит Закон РФ «Об образовании» (п.1 ст.18)  К сожалению, здоровье еще не стоит на первом месте среди потребностей человека. Поэтому родители не могут служить положительным примером здорового образа жизни. Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни.  - Что же могут сделать родители для приобщения ребенка к здоровому образу жизни? (Высказывания родителей).   * Прежде всего, необходимо использовать целебные природные факторы окружающей среды: чистую воду, воздух, ультра-фиолетовые лучи солнечного света. * Ребенку необходим спокойный, доброжелательный психологический климат. Перебранки в присутствии ребенка способствуют возникновению невроза, а это снижает защитные возможности организма. * Взрослые должны правильно организовать режим дня . * Полноценное питание должно включать продукты богатые витаминами и минеральными солями, а также белком. * Для укрепления здоровья эффективны ходьба и бег. Они способствуют закаливанию организма.   - Уважаемые родители, как вы думаете, что такое закаливание? (Высказывания родителей).  Это повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию ряда факторов окружающей среды. В результате закаливания организм приспосабливается к меняющимся условиям окружающей среды.  - Кто из вас дома проводит с ребенком закаливающие мероприятия и какие? (Ответы родителей).  А теперь я предлагаю послушать высказывания ваших детей на тему: «Зачем надо закаляться?». (Включается магнитофонная запись).  Наряду с традиционными формами закаливания( воздушные ванны, водные ножные ванны, полоскание горла) широко используются и нетрадиционные ( контрастное воздушное закаливание, хождение босиком, контрастный душ, полоскание горла прохладной водой)   * Чтобы повысить защитные силы организма ребенка, рекомендуется прием витаминов.   **Ведущий**: предоставляю слово врачу – педиатру.  **Врач – педиатр:** слово «витамин» происходит от латинского «вита» - «жизнь». Витамины участвуют в обмене веществ и регулируют отдельные биохимические и физиологические процессы. Недостаток витаминов в пище приводит к нарушению обмена веществ. Чтобы достичь уровня насыщенности витаминами, необходимо применять препараты, включающие комплексы витаминов в оптимальных соотношениях, особенно в зимне – весенний период.   * Удар по здоровью ребенка наносят и вредные привычки родителей. * Тяжелые последствия для здоровья ребенка имеют травмы и несчастные случаи.   **6. Анализ результатов.**  **Помните: здоровье ребенка в ваших руках!**  Давно замечено: в тех семьях, где родители болеют мало, и дети, как правило, здоровы.  **7. Рекомендации.**  Использовать информацию, полученную на родительском собрании, для сохранения здоровья детей.  Внедрить здоровый образ жизни в каждую семью.  Домашний режим устанавливать в соответствии с режимом дня детского сада.  Систематически проводить закаливание в условиях семьи.  В выходные дни выходить с детьми на прогулки.  **8. Заключительная часть**.  В конце родительского собрания раздать родителям маленькие мячики. Если собрание понравилось, родители кладут мяч в красную корзинку, если нет – в синюю. |
| 7 | Ресурсы. | Ватманы.  Маркеры.  Магнитофон с записями.  Анкеты на каждого родителя.  Ручки.  Маленькие мячи.  Корзинки.  Плакаты о здоровом образе жизни. |