**Семинар – практикум для родителей,**

**чьи дети склонны к частым простудным заболеваниям**

**«Здоровый образ жизни семьи –**

**залог здоровья ребенка!»**

**Воспитатель**

**МБДОУ «Центр развития ребенка –**

**детский сад № 8 «Огонек»**

**О.А.Рубе**

**г.Вязники, 2014**

**Задачи:**

**\*Пропагандировать здоровый образ жизни в семье, как основу формирования укрепления здоровья ребенка.**

**\*Приобщать родителей к сотрудничеству в информировании о формах привития здорового образа жизни ребенку.**

**\*Осознание родителями необходимости постоянной заботы о здоровье своего ребенка.**

**Форма проведения: проблемно – диалогическая дискуссия.**

**Материал:**

**Магнитная доска, магниты, листочки бумаги (формат А-4) по количеству родителей, ручки – по количеству родителей, картинки , о здоровье.**

**Ход беседы:**

Здравствуйте дорогие родители!

Занятие нашей подгруппы посвящено очень важному фактору для каждого из нас. Подумайте, какому?

(на доске картинки: градусник, врач, больной в кровати)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.[Постановка](http://ds99.ru/9468-teatralnaya-postanovka-ekologicheskoy-skazki-priklyucheniya-kolobka-v-lesu.html) проблемы | | На сегодняшний день здоровье населения является острой проблемой.  Здоровье взрослого человека на 75% определяется условиями его формирования в детском возрасте. Именно с раннего возраста нужно приобщать ребенка заботится о своем здоровье, воспитывать у него заинтересованность в собственном развитии и самосохранении.  Как – то, беседуя с детьми о здоровье, я спросила: «Что нужно делать человеку, чтобы не болеть?» Ответ был – пить таблетки.  А как вы думаете?  Для нас с вами это является проблемой?  Давайте попробуем вместе найти ключ к решению проблемы. |
| 2. Актуализация знаний | | Что вы делаете в семье, чтобы здоровье вашего ребенка укреплялось? |
| 3. Выдвижение гипотез | | А какие способы укрепления и сохранения здоровья Вы считаете эффективными?  1.Правильное питание.  2.Режим.  3. Культурно – гигиенические навыки.  4. Закаливание.  5.Физкультура.  6.Прогулки на свежем воздухе.  7.Отказ от вредных привычек.  *Родители называют способы укрепления здоровья*  *(ответы записываются на сигнальных листочках и размещаются на магнитной доске* |
| 4. Проверка решения | | - Как вы думаете, какой способ самый эффективный? Поможет ли один фактор сохранить здоровье? Как вы можете это объяснить?  *Подвести родителей к пониманию, что способы укрепления здоровья необходимо использовать в комплексе.*  *Как это называется одним словом? (Здоровый образ жизни)* |
| 5. Введение в систему знаний | Чем раньше ребенок получит представление о строении тела человека, его функциях, узнает о важности правильного питания, режима дня, закаливание, движения, тем раньше он приобщится к здоровому образу жизни.  Вот что пишет известный психолог Владимир Леви: «За годы врачебной практики я вплотную узнал не одну сотню людей, маленьких и больших, которые:  - не здороваются;  -не умываются;  -не чистят зубы;  - не читают книги;  - не занимаются (спортом, физкультурой, танцами и т.д.);  - не работают;  -не женятся;  -не лечатся.  И все только потому, что их к этому принуждали. С детьми нужно проявить артистизм, и хитрость, и фантазию. Ну и, безусловно, собственный пример родителей.  Если ребенка насильно принуждать заниматься физкультурой, соблюдать правила гигиены, он быстро теряет интерес к этому».  Дорогие мамы, вы хотите, чтобы ваш ребенок был здоровым?  Я предлагаю вам сейчас сделать открытие - **изобрести модель укрепления здоровья** ребенка в семье.  Каждая мама выбирает одно направление оздоровления детей из тех, что мы с вами записали на доске и продумывает и их проведение в домашних условиях.  (мамы на оборотной стороне листа записывают формы их проведения)  После выполнения задания мамы располагают свои ответы на доске в форме модели. И презентуют их. | |

Итог: Дорогие мамы, мы сегодня с вами сделали открытие - мы разработали модель укрепления здоровья наших с вами детей. А как мы можем рассказать о нашей модели оздоровления другим родителям?