**"Забота о здоровье ребенка". Групповое родительское собрание ( для родителей средней группы)**

**Цель:**  способствовать воспитанию потребности в здоровом образе жизни; обеспечению физического и психического благополучия.

  **План проведения собрания**

1. **Вступление.**Короткое, эмоциональное выступление**,**настраивающее на тему предстоящего разговора.  Использование  музыкального фона (П. И. Чайковский «Времена года»).

2. **Дискуссия.**Рассматривание вопросов и ситуаций по теме «Забота о здоровье ребенка», высказывания  мнения воспитателей, детей, родителей.( Видео)

3. **Музыкальная пауза.**Выполнение физкультминутки всеми родителями под музыку, соответственно теме собрания

4. **Мудрые мысли.** На каждом столе лежат карточки с высказываниями великих людей, в соответствии с темой собрания. Под музыку карточки передаются по кругу, таким образом, родители знакомятся с содержанием каждой карточки, наиболее понравившиеся зачитывают вслух.

5. **Видео презентация**для родителей «Гигиенические и закаливающие процедуры  детей в ДОУ».

6. **Работа с памятками.** Родители знакомятся с памятками по здоровому образу жизни. Делают выводы, делятся своим опытом.

7. **Заключение.**Вывод по теме. Решение.

8. **Анкетирование родителей.** Чтобы увидеть положительные и отрицательные стороны проведенного собрания.

**1.2.)Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас, педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети не болели, год от года становились здоровее, сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но здоровыми и закалёнными. Есть ли ключи к решению этой задачи? Медицина давно пришла к выводу: нужна профилактика для здоровых людей.
В начале нашей встречи разговор пойдёт о наших детях.**Несмотря на то, что особое место в своей педагогической деятельности уделяем сохранению и укреплению здоровья детей, основной проблемой остаётся частая заболеваемость детей .

*Воспитатель.* Задача детского сада – это охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, их физическое развитие. Сегодня мы представим вашему вниманию разные формы работы, которые проводятся в нашей группе, для укрепления здоровья. Но сначала ответьте мне на вопрос: «Что же это такое – здоровье?» (ответы родителей)

А теперь посмотрите и послушайте, что говорят про здоровье ребята **( слайд мультимедиа)**.Конечно же все ответы верны.(видео)

**3.)**Если мы хотим вырастить здоровое поколение детей, то мы должны «научить ребенка быть здоровым». Здоровый ребенок – счастье семьи **( слайд мультимедиа)**. В рамках нашей группы мы реализовали проект «Неделя здоровья», в котором мы выдели четыре приоритетных направления: **( слайд мультимедиа)Эльмира Вильевна ритмика**

4**)** *а) Рузиля*

**Давайте поговорим, какие же пищевые продукты или вещества помогают ребенку стать более закаленным?**(раздать родителям карточки  для ответов на вопросы)

         Правильные ответы:

1. Черная смородина и шиповник повышают устойчивость организма  к

охлаждению и ОРВИ.

1. Напиток «защиты» – морковный сок. Рекомендуется пить свежий

морковный сок от 1 столовой ложки до половины стакана, в день, но не более 100 г, так как в больших количествах  он способен вызвать желтушное  окрашивание кожи. Кроме того, у некоторых  детей он вызывает аллергию.

         3. Соки являются более чистыми экологическими продуктами. Они быстрее усваиваются организмом (уже через час) и, следовательно, чуть ли не сразу после употребления  включаются в обмен веществ, что благоприятно влияет на восстановительные процессы организма. В соках много воды, но это поистине живая вода – она обогащена биологически активными веществами растительных клеток.

         Все соки обладают общеукрепляющим действием, стимулируют пищеварение и усвоение пищи, а также выводят из организма токсические вещества, в том числе и радиоактивные (морковный и яблочный). Наконец, соки – это и источник витаминов, минеральных солей и многочисленных микроэлементов.

* Чтобы повысить защитные силы организма ребенка, рекомендуется

**прием витаминов.**

         Слово «витамин» происходит от латинского вита – жизнь. Витамины участвуют в обмене веществ и регулируют отдельные биохимические и физиологические процессы. Недостаток витаминов в пище или изменение процессов их усвоения приводит к нарушению обмена веществ и в конечном счете к развитию гипо- и авитаминозов. Чтобы достичь определенного уровня насыщенности витаминами, необходимо применять препараты, включающие комплексы витаминов в оптимальных соотношениях, особенно в зимне-весенний период. Кстати, использование поливитаминов по 1 – 2 драже в день в обычных дозировках  в период эпидемии гриппа и гриппоподобных заболеваний снижает заболеваемость детей не менее чем в 2 раза.

Б) Ирина Павловна

* **Удар по здоровью ребенка наносят вредные наклонности родителей. Не**

**секрет, что дети курящих отцов и матерей болеют бронхолегочными заболеваниями чаще, чем дети не курящих.**

* Тяжелые последствия  для здоровья ребенка имеют **травмы и**

**несчастные случаи.**

         **Скажите, пожалуйста, что в условия дома может представлять опасность для жизни ребенка?**(высказывания родителей)

         Да,  дети очень любознательны и во всем стараются подражать нам, взрослым. Они могут включать электронагревательные приборы, любят играть с мелкими предметами.

**Помните, здоровье ребенка в ваших руках!**

         Вместе с тем уже замечено: в тех семьях, где взрослые болеют мало, и дети, как правило, здоровы.

3. Физкультминутка.

         Уважаемые родители, мы, немножко засиделись, давайте отдохнём. (Воспитатель предлагает родителям поиграть в подвижные игры по их желанию).

4. Мудрые мысли.

         Что же говорят о развитии речи ребенка наши великие педагоги, обратите внимание на их высказывания. Прочтите их вслух. (Родители читают высказывания.)  (Материал смотреть в приложении 1.3.)….

В) Венера Загидовна

Режим ,плата ,

**5.Закаливание –Татьяна Викторовна**

 **Видео презентация для родителей «Гигиенические и закаливающие процедуры детей в ДОУ»**

**6.** **Заключение.**

         Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Чем больше мы будем ребенку показывать и рассказывать о здоровье, тем лучше для его развития.

         Предлагаем Вам поддержать инициативу детского сада и внедрять здоровый образ жизни в семью.

         По результатам анкет, дискуссии, игровой терапии с родителями, детьми  предлагаем такое **решение родительского собрания:**

1. Внедрять здоровый образ жизни в каждую семью.
2. Домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.
3. Систематически проводить закаливание ребенка в условиях семьи.
4. В выходные дни обязательно выходить с детьми на прогулку не менее 2 раз в день. Пусть на прогулке ребенок больше двигается, играет в подвижные игры. Детей играми – оздоровим, себя омолодим.
5. Проверить дома все травмоопастные места и не допускать детского травматизма.

**7. Анкетирование родителей.**

         Уважаемые родители! В заключение, чтобы узнать, насколько тема и содержание родительского собрания отвечают требованиям родительских собраний, требованиям семьи, предлагаем вам заполнить анкету.

(Родители заполняют анкеты.)

(Содержание анкет для родителей смотреть в приложении 1.8.).

**Искренне желаем вам крепкого здоровья, счастья, благополучия в семье.**

**Пусть дети радуют Вас!**

**Анкета для родителей**

***Уважаемые родители!***

Просим Вас принять участие в анкетировании: **«Моё участие в физическом развитии ребёнка»,**  которое проводится с целью решения задач сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду и семье.

 Первоосновной нашей с вами работы по физическому воспитанию детей является взаимное сотрудничество, создание социально-бытовых, природных, экологических и педагогических условий в группе и семье.

1. Сколько полных лет Вашему ребенку?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Как часто Вы уделяете свободное время ребёнку?

 Часто Редко Иногда Никогда

3. Посещает ли ваш ребёнок спортивную секцию? Если да, то какую? \_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Установлен ли для Вашего ребёнка дома режим дня? Соблюдает ли он его?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Проводите ли дома с детьми закаливающие мероприятия? Какие?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Виды деятельности ребёнка после прихода из детского сада и в выходные дни:

 подвижные игры; просмотр телепередач;

 спортивные игры и музыкально-ритмическая деятельность;

 упражнения; прогулки на свежем воздухе;

 настольные игры; чтение книг;

 конструирование; трудовая деятельность;

 лепка, рисование; походы.

7. Какие трудности в физическом воспитании детей Вы испытываете? \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_8. Знаете ли вы уровень физической подготовленности своего ребёнка? \_\_\_\_\_\_\_

9. Эффективна ли работа по физическому воспитанию в ДОУ?

 Да Нет Сомневаюсь

10. Какие формы работы по физическому воспитанию детей в ДОУ Вы хотите увидеть, в каких мероприятиях желаете принять участие?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**

 Дата заполнения «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г.

**Высказывания великих педагогов**

 «Единственная красота, которую я знаю, – здоровье» *Г. Гейне*

 «Хорошее здоровье, ощущение полноты, неистощимости физических сил – важнейший источник жизнерадостного мировосприятия, оптимизма, готовности преодолеть любые трудности».

*В. А. Сухомлинский*

 «...Физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость». *Крэттен*

 «Недостаточно закалять душу ребёнка; столь же необходимо закалять и его мышцы».

*М. Монтень*

 «Правильное физическое элементарное образование должно подготовить каждого человека к тому, чтобы он не гнушался никакой работой, не страшился никакого напряжения сил».

*И. Песталоцци*

 «Мы материалисты и потому знаем, что физическое и психическое – это нечто неразрывное и что здоровая душа, если говорить старыми терминами, водится, лишь в здоровом теле».

 *Н. К. Крупская*

 «Нельзя думать о том, чтобы воспитать хорошее поколение в отношении трудовой способности, если оно будет иметь вялую мускулатуру, недоразвитый костяк, плохое сердце».

 *А. В. Луначарский*

 «Люди, чувствующие себя хорошо, дают хорошие результаты».

*Д. Карнеги*

 «Наш организм для 120 лет жизни. Если мы живем меньше, то это вызвано не недостатками организма, а тем, как мы с ним обращаемся»

*К. Купер*

 «Если человек беспорядочен в своём отдыхе, нерегулярен в приёме пищи и неумерен в работе – болезнь убивает его».

*К. Циолковский*

 «Пусть будут врачами твоими трое: веселый характер, покой и уверенность в жизни».

*Народная мудрость*