Открытое родительское собрание в старшей группе.

Тема: «Воспитание здорового ребенка»

Повестка

1. Анализ состояния здоровья детей за 1 период обучения (сентябрь, октябрь, ноябрь)
2. Закаливание , как действенное средство борьбы с простудными заболеваниями.
3. Показ закаливания с детьми на дорожках здоровья, водные процедуры, упражнения с пальчиками по системе Йосиро Цуцуми.
4. Выступление родителей из опыта «как проходит закаливание в моей семье».
5. Практическое занятие – обучение родителей дыхательной гимнастике «волшебные точки».

Пособия:

- плакаты: «В здоровом теле - здоровый дух», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».

- дорожка здоровья: аппликаторы – 12 штук, пластмассовые гибкие коврики , коврики с крутящимися бусинками, канат.

- грецкие орехи.

Предварительная работа:

1. Анкета для родителей «здоровый образ жизни».

Вопросы: - Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом дома?

- Вы употребляете спиртные напитки?

- Вы курите?

- Считаете ли вы свое питание рациональным?

- Как вы проводите свой отпуск?

- Как ваши дети проводят досуг?

- Вы знаете , что значит вести здоровый образ жизни?

- Откуда вы получаете знания о здоровом образе жизни?

- Какие консультации вы хотели бы получить по поводу

Физического развития вашего ребенка?

1. Выявление родителей, которые желают поделиться опытом по воспитанию у детей здорового образа жизни.
2. Выставка книг о здоровом образе жизни.
3. Ширмы «Волшебные точки» (массаж).
4. Памятки для каждого «Пальцы – 2 головной мозг», «Закаливание водой»

В группе 12 детей. Дети со 2 группой здоровья. С приходом в логопедическую группу нагрузка на детей возросла, а сопротивляемость организма к болезням низкая. Часто и длительно болеющие дети: Таня Каштанова (21 день), Ксюша Игнатова (21 день), Влад Гостев (23 дня). Не болели ни разу за 2 месяца: Саша Мухин, Горошко Андрей, Ковальков Илья, Коноплев Женя, Костин Валя, Олин Максим, Реведжук Андрей, Чикалев Артем.

Забота о здоровье ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма и вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован.

В группе для укрепления здоровья используем закаливание по системе . Что такое закаливание? (высказывания родителей). Это повышенная устойчивость организма к неблагоприятному воздействию ряда факторов окружающей среды путем систематического кратковременного воздействия на организм этих же факторов в малых дозах. В результате закаливания организм приспосабливается к меняющимся условиям окружающей среды. Смысл закаливания состоит в том, чтобы со временем с помощью специальных процедур повысить устойчивость организма к охлаждению. Происходит повышение иммунитета. Поэтому было бы здорово если бы закаливание стало общим семейным делом.

Что мы делаем в группе? 1) сон без маек. Температура в спальне не должна быть ниже + 14°С. 2) Ходьба босиком по дорожкам здоровья, которая включает в себя предметы раздражающие стопу ног, аппликаторы – колючие дорожки, пупырчатые коврики, канат (укрепляются своды и связки стопы, профилактика плоскостопия), катание круглых палочек сидя на стуле.

В летний период предоставляется детям возможность ходить босиком по горячему песку. При ходьбе босиком увеличивается интенсивность деятельности почти всех мышц, стимулируется кровообращение во всем организме, улучшается умственная деятельность. Делайте процедуры после дорожки здоровья и небольшой зарядки на группы мышц.

Чтение памятки родителями и ее осуждение по каждому пункту, и показ детьми упражнений (см. приложение). Обсуждаем с родителями последовательность. Обращаю внимание на тщательность растирания кожи полотенцем после водных процедур. Одеваемся проводим сидя упражнения на развитие мелкой моторики и дыхания, показ детьми упражнений 2 –ой головной мозг (родителям раздаются памятки упражнений ).

Уважаемые родители сейчас ваши дети покажут закаливание на дорожке здоровья и закаливание водой. Смотрят.

Предлагаю родителям выполнить упражнения Йосиро Цуцуми вместе с детьми. Дети уходят.

Следует помнить, что перерыв в закаливании снижает сопротивляемость организма простудным заболеваниям. Мы учитываем индивидуальные особенности ребенка, его чувствительность к закаливающим процедурам. Не рекомендуется проводить закаливание на фоне отрицательных эмоций. Это может привести к невротическим расстройствам.

Вопрос к родителям: какой можно сделать вывод по поводу закаливания? (выслушивание родителей).

50% успеха закаливания правильно подобранная одежда и обувь. Надевайте на ребенка как можно меньше синтетической одежды, ноги должны всегда быть сухими, обувь соответствовать размеру ноги. Чаще проветривайте свою квартиру, убирайте пыль влажным способом. Прогулки с детьми проводить в любую погоду 2 раза в день. Полоскать рот прохладной водой после каждого приема пищи, укрепляем зубы, десна.

Блиц - опрос родителей

1. Какие растения, кустарники можно использовать против простуды? (черная смородина, шиповник).
2. Какой сок повышает устойчивость организма к заболеваниям дыхательных путей и лечит? (морковный сок).
3. Что полезнее ребенку сок или яблоко? (сок быстрее усваивается организмом).

Решение родительского собрания:

1. Использовать информацию, полученную на собрании для сохранения и укрепления здоровья детей.
2. Внедрять здоровый образ жизни в каждую семью.
3. Систематически проводить закаливание ребенка в условиях семьи.
4. В выходные дни обязательно выходить с детьми на прогулку не меньше 2 раз в день.