МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 20 «БЕЛОЧКА»

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА

(МБДОУ «Детский сад № 20 «Белочка»)

**Совет родителей на тему:**

**«Со здоровьем очень дружим, упражняемся, не тужим» (здоровьесберегающие технологии в детском образовательном учреждении)**

Подготовила и провела:

Воспитатель : Кривцова Елена Николаевна

г. Инта 2021г.

**Цель:** ознакомление родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, применяемыми в ДОУ.

**Задачи:**

1. показать применение технологий в ходе работы с детьми старшего дошкольного возраста;

2. дать соответствующие рекомендации по данному вопросу;

3. расширить знания родителей в области инновационных технологий оздоровления детей.

**Предварительная работа:**

1.Проведение анкетирования родителей: «Условия здорового образа жизни в семье».

2.Наглядная информация: «В здоровом теле, здоровый дух», «Витамины», «Закаливание дома и в детском саду».

3. Создание презентации о здоровьесберегающих технологиях.

**План проведения.**1. Вступительное слово воспитателя. Актуальность темы.  
  
2. Просмотр презентации «Здоровьесберегающие технологии, используемые в ДОУ».

3. Практическое упражнение с родителями: «Точечный массаж», «Дорожки здоровья»  
4. Слово-эстафета «Закончи предложение».

5. Подведение итогов собрания. Принятие решения.

Ход совета родителей:

В начале нашего разговора хотелось бы немного порассуждать. Давайте ответим на один очень простой вопрос: "Кто такой **здоровый человек**?" *(Ответы****родителей****)*.

Как выглядит **здоровый ребенок**? Активный, веселый, с хорошим настроением. У него прекрасный аппетит и крепкий сон. Он не хлюпает носом, не дышит открытым ртом, не жалуется на недомогания, головную боль, или боли в животе, у него нет хронических заболеваний, постоянных простуд. Много ли таких **здоровых детей**? Нет. Актуальность темы **здорового** образа жизни подтверждают и статистические данные: физиологически здоровыми рождаются не более 14% детей.

Внимание к вопросам **здоровья** в последние годы заметно возросло. Педагогическая общественность осознает, что и воспитатель может сделать для **здоровья** дошкольника много полезного, но не без участия **родителей**. Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на **оздоровление ребенка-дошкольника.** Одним из средств решения обозначенных задач становятся **здоровьесберегающие технологии**, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

Забота о воспитании современного ребенка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения. Такой ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент **здоровья ребенка**, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен **здоровый образ жизни**.

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к **оздоровлению**, как самих себя, так и детей.

Так что же взрослые могут сделать, для того чтобы приобщить детей к **здоровому образу жизни**? Это мы с вами постараемся выяснить во время нашей встречи.

Сейчас хотелось бы предложить Вам посмотреть презентацию по теме *«****Здоровьесберегающие технологии****»*.

2. Просмотр презентации.

1 слайд. **Здоровьесберегающие технологии**.

2 слайд. Наша цель на сегодня:

• познакомить с современными **здоровьесберегающими технологиями ДОУ**;

• показать применение **технологий** в ходе работы с детьми дошкольного возраста;

• дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

3 слайд. **Здоровье***(ВОЗ)* - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

4 слайд. Итак, что же такое **здоровьесберегающие технологии**? И что мы понимаем под термином современные **здоровьесберегающие технологии**?

Обратимся к слайду

5 слайд. **Здоровьесберегающие технологии – это система мер**, направленных на сохранение **здоровья** ребенка на всех этапах его обучения и развития.

6 слайд. Современные **здоровьесберегающие технологии – это**

• Динамические паузы *(физкультминутки)* *(рекомендуются для всех детей в качестве профилактики при утомлении)*;

• Подвижные и спортивные игры *(проводятся ежедневно в соответствии с возрастом детей)*;

• Релаксация (проводится для всех возрастных групп, при этом используется спокойная музыка, звуки природы);

• Гимнастика пальчиковая *(рекомендована всем детям, особенно с речевыми проблемами)*;

• Гимнастика для глаз (проводится ежедневно с младшего возраста в зависимости от зрительной нагрузки);

• Гимнастика дыхательная (проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы);

• Гимнастика бодрящая *(проводится ежедневно после дневного сна)*;

• Гимнастика утренняя *(ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах)*;

• Комплексное закаливание (с младшего дошкольного возраста: обливание стоп, полоскание горла водой комнатной температуры, ходьба по ребристой поверхности)

• Игровой самомассаж (в зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего возраста);

Перечисленные современные виды **здоровьесберегающих технологий** применяются сотрудниками нашего детского образовательного учреждения в ходе работы с детьми комплексно. Но результат был бы еще лучше, если бы прослеживалась некая взаимосвязь в решении данного вопроса между ДОУ и нашими **родителями**. Все, что мы делаем в детском саду должно находить поддержку в семье.

7 слайд. Ресурсное обеспечение здоровьесберегающей деятельности в детском саду

• Закон *«Об образовании»*

• Концепция дошкольного воспитания от 16.06.89 №7/1

• Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.2660-10

• Устав образовательного учреждения

• Приказ Минздрава России от 30.06.09 №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»

• Инструктивно-методическое письмо Минобразования России «О гигиенических требованиях, максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.00.

8 слайд. Здоровьесбережение в режиме дня

9-20 слайды с фотографиями детей в режимных моментах (физкультурное занятие, подвижные и спортивные игры, гимнастика бодрящая, закаливание, гимнастика пальчиковая);

21 – 25 слайды. А сейчас мы продемонстрируем вам нетрадиционное здоровьесберегающее оборудование, имеющееся в нашей группе и предлагаем вам дополнить его пособиями, которые сделаете сами.

26 слайд. Спасибо за внимание!

**3. Практическая работа. Изготовление пособий по здоровье сбережению из нетрадиционного материала.**

А сейчас мы переходим к самому важному и так необходимому для нас, к совместному изготовлению дорожки здоровья из нетрадиционного материала. Делимся на группы. Практическая работа. После изготовления продукта, совместно с родителями собираем «дорожку здоровья», по желанию можно попробовать самим на практике, проанализировать ощущения.

**4.Слово-эстафета «Закончи предложение».**

Эстафетной палочкой для нас будет мяч. Мы будем передавать его по кругу, и тот человек в чьи руки попал мяч, продолжает предложение **"Мой ребёнок** **будет здоров если я…**".

**5.** **Итог собрания.**

В подведении итогов собрания, хотелось бы дать несколько рекомендаций:

1. Обеспечить ребёнка правильным сбалансированным питанием.

2. Контролировать соблюдение ребёнком режима дня, выполнения водных процедур, зарядки.

3. Своевременно и правильно реагировать на требования медиков и педагогов посетить лечебные учреждения, а также предоставлять сведения о состоянии здоровья ребенка.

Мы рассказали вам сегодня много интересного. Надеемся, что информация окажется для вас полезной и, что данные нами рекомендации будут использоваться дома. И традиционно проведём рефлексию. Встаём в круг, сделаем тёплое солнышко (каждому раздаю лучик, где написано начало фразы), вам надо закончить это предложение, тем самым выразить свои чувства, переживания, пожелания и т . д.

*Мне понравилось…..; Хотелось бы отметить…..; Самое интересное……; На мой взгляд……; Мы сталкиваемся с такой проблемой……; Хотелось бы сделать……; Мы желаем……; и т. п.*

Получилось солнышко? Пусть это тёплое, светлое, улыбающееся солнышко Вас, а главное Ваших детей греет всегда. Совместно будем делать всё, чтобы наши дети не болели. И в завершении нашей встречи хотелось напомнить, о том, что любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего!  Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители! Всем удачи! Благодарим за внимание!

**Решение родительского собрания:**

1. Создать необходимые условия для реализации потребности ребенка в двигательной активности в повседневной жизни (срок - постоянно, отв. - педагоги, родители).

2. Соблюдать режим двигательной активности в течение дня (срок - постоянно, отв. - педагоги, родители).

3. Систематически интересоваться знаниями по формированию здорового образа жизни, полученными детьми в ДОУ и закреплять их дома (срок - постоянно, отв. - родители) .

4. Организовать дома режим дня и питание, приближенное к детсадовскому (срок - постоянно, отв. - родители)

Результат встречи с родителями: сплочённость родителей; понимание важности режимных моментов в детском саду; углублённость родителями знаний в воспитании физической культуры детей.