

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад 49 «Родничок»**

Конспект родительского собрания на тему:

«Мы за здоровый образ жизни»

Составила инструктор по физической культуре

Пахомова Анна Александровна

**г. Нижневартовск
2019**

Конспект родительского собрания на тему: «Мы за здоровый образ жизни»

Цель:

обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.

Задачи:

✓ ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада;

✓ формирование у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;

✓ повышение мастерства родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях;

✓ развитие чувства единства, сплоченности.

Методы и приёмы, используемые на собрании (авторы: Е.Я.Го-лант, С. И.Петровский):

1. *Игровые и практические методы и приёмы:* игры по тематике собрания, создание игровых ситуаций.

2. *Словесные методы:* беседа, рассказы родителей, обмен мнениями, вопросы, дискуссия, объяснения.

3. *Наглядные методы:* просмотр видеозаписей (использование ИКТ), оформление плакатов, выставка рисунков, приглашения на собрание.

4. *Методы эмоциональной заинтересованности* (автор Ю.К.Бабанский): просмотр видеозаписей, вручение благодарственных писем.

Принципы (авторы Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова, М.А.Васильева):

Принцип целенаправленности (ориентация на цели и приоритетные задачи образования родителей).

Принцип адресности (учёт образовательных потребностей родителей).

Принцип доступности (учёт возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал).

Принцип индивидуализации (преобразование содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня знаний и умений родителей).

Принцип участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

Принцип психологической комфортности.

Подготовка к собранию:

1) Изготовление вместе с детьми приглашений на родительское собрание в виде открытки с аппликацией.

Текст: «Уважаемые Иван Иванович и Анна Петровна! Приглашаем Вас на родительское собрание «Мы за здоровый образ жизни». Главная тема встречи -

как сохранять и укреплять здоровье наших детей. Ждём Вас 20 ноября в 17.00 в спортивном зале детского сада.

Воспитатели групп, инструктор по физической культуре Пахомова Анна Александровна».

2) Анкетирование родителей «Какое место занимает физкультура в Вашей семье»

Уважаемые родители, просим Вас заполнить предложенную анкету.

1. Считаете ли Вы проблему физического здоровья актуальной для Вашей семьи?

А-да;

Б-нет.

2. Кто из родителей занимается спортом? Каким?

3. Как Вы закаливаете своего ребенка и себя?

4. Что мешает вам закаливать детей дома?

5. Придерживаетесь ли Вы режима дня в выходные дни?

А-да;

Б-нет.

6. Кто в Вашей семье постоянно делает гимнастику?

7. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию? Какую?

8. Какие вопросы физического воспитания и оздоровления детского организма Вас интересуют?

9. Какие формы мероприятий для родителей Вы предлагаете?

А-консультации;

Б-беседы;

В-семинары-практикумы;

Г-другое.

3) Написание плакатов «Я и спорт» (совместно с родителями)

4) Рисунки детей на тему «В здоровом теле - здоровый дух»

5) Подготовка отчета по заболеваемости, посещаемости и выполнению норм питания за первое полугодие.

6) Выставка литературы по теме родительского собрания.

7) Подбор музыкального оформления.

Форма поведения: семинар-практикум.

Участники: родители, воспитатели, инструктор по физической культуре, медработник, дети старшего дошкольного возраста.

Ход собрания.

Спортивный зал оформлен плакатами «Я и спорт», рисунками детей на тему «В здоровом теле – здоровый дух», оформлена выставка литературы по теме собрания.

Ведущий встречает родителей в зале, объясняет тему собрания, знакомит с намеченными мероприятиями.

Ведущий (инструктор по физической культуре Пахомова А. А.):

Здравствуйте, уважаемые родители! Цель нашей сегодняшней встречи – узнать, что такое здоровый образ жизни, и как он влияет на развитие наших детей. «Для обучения ребенка огромное значение имеют его отношение с заботящимися о нем взрослыми, количество проведенного ими вместе времени и общность их интересов!» (Кэрол Холидей).

Проанализировав Ваши ответы на вопросы анкет, мы составили план нашей сегодняшней встречи:

План проведения:

1. Организационный момент - вступительное слово.
2. Работа над проблемными ситуациями: мнение родителей - мнение детей.

Просмотр видеозаписи.

3. Роль прогулок в жизни детей. Разминка детей и родителей.

4. Знакомство с критериями диагностики по образовательной области «Физическое развитие» на конец года.

5. Анализ проведенного анкетирования.

6. Выступление медицинского работника.

7. Делимся опытом, играя!

8. Итог собрания.

1. Организационный момент - вступительное слово инструктора по физической культуре.

Ведущий: Надеемся, что сумеем ответить на все интересующие Вас вопросы и Вы узнаете много интересного для себя. Нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение.

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе и нашего дошкольного детского сада. Такой ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью 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.

2. Работа над проблемными ситуациями: мнение родителей - мнение детей. Просмотр видеозаписи.

Ведущий: В ходе нашего собрания хотелось бы немного порассуждать. Давайте ответим на первый, кажется, очень простой вопрос: “Как вы считаете, кто такой здоровый человек?”. *Ответы родителей.*

А теперь я Вам предлагаю посмотреть и послушать, как же дети ответили на этот вопрос. Просмотр видеозаписи: “Кто такой здоровый человек?”.

Родители слушают высказывания детей.

И второй вопрос родителям:

“Что нужно делать, чтобы быть здоровым?”. *Ответы родителей.*

Сейчас хотелось бы предложить Вам посмотреть интервью, в котором дети рассуждают, что же нужно делать, чтобы сохранить своё здоровье.

Просмотр видеозаписи “Что нужно делать, чтобы быть здоровым?”.

3. Роль прогулок в жизни детей. Разминка детей и родителей.

Ведущий: О благотворном действии прогулок на свежем воздухе писал А.С. Пушкин:

“Друзья мои! Возьмите посох свой,
Идите в лес, бродите по долине,
И в дому ночь глубока ваш будет сон”.

Ежедневные прогулки детей могут и должны быть эффективным методом закаливания ребенка, так как потребности растущего организма в кислороде более, чем в 2 раза превышает таковую у взрослых.

Под влиянием воздушных ванн не только повышается тонус нервной, дыхательной и пищеварительной системы, но и в крови возрастает количество эритроцитов и гемоглобина. Хорошо сочетать прогулки со спортивными и подвижными играми. Дети должны гулять не менее 3-х раз в день, не менее 4 часов в день, летом неограниченно.

На прогулке и в группе мы проводим целый ряд игр, которые являются профилактикой, а некоторые лечат те или иные заболевания.

Сейчас дети вам их покажут. *Разминка детей и родителей.*

4. Знакомство с критериями диагностики по образовательной области «Физическое развитие» на конец года.

Ведущий: А сейчас я бы хотела познакомить вас с содержанием работы по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с программой «От рождения до школы», с целевыми ориентирами и нормами, которые дети должны выполнять на конец этого года.

Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-

двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Основные цели и задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Критерием эффективности оздоровительной работы ДОУ служит улучшение состояния здоровья детей и, как следствие этого, снижение заболеваемости и повышение посещаемости. Оценка состояния здоровья детей проводится на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров. Оценка физического развития детей проводится 2 раза в год (осень, весна) по данным антропометрических показателей (длина и масса тела) и результатам тестирования физической подготовленности (сентябрь, май).

К концу года ребёнок:

· Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

· Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

· Выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

· Лазить по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

· Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м, сочетать замах с броском, бросать

мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м).

- Выполнять упражнения на статистическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, ругбол, хоккей, настольный теннис).
- Плавает произвольно на расстояние 15 м.

5. Анализ проведённого анкетирования.

Рассмотрим результаты анкетирования:

- родителями группы почти не проводятся закаливания детей дома;
- очень мало родителей посчитали, что их здоровье хорошее;
- большая часть родителей проверяют состояние своего здоровья каждый год;
- не все занимаются физкультурой и спортом.

6. Выступление медицинского работника.

Ведущий: Сегодняшнее родительское собрание проводится в необычной форме – в виде семинара - практикума. Мы хотим научить вас некоторым несложным приемам укрепления здоровья ваших детей дома. Слово предоставляется медработнику.

Медработник предоставляет вниманию родителей отчёт по заболеваемости, посещаемости и выполнению норм питания; рассказывает о средствах лечения простудных заболеваний, их профилактике и закаливании.

Медработник выслушивает родителей на тему “Народные и нетрадиционные средства лечения простудных заболеваний и их профилактика».

Родителям предлагается поделиться опытом по проведению закаливающих процедур, профилактических мер по предупреждению болезней.

Ответы на вопросы родителей.

Вручение благодарственных писем родителям, чьи дети в течение полугодия не болели, либо болели очень редко.

Медработник: Вне дошкольного учреждения дети проводят свое время у бабушек, столько же времени они проводят во дворе. Надеемся, что там они не обделены вниманием взрослых и гуляют под присмотром. Очень настораживает то, что большинство детей смотрит телевизор. Опрос детей также показал, что они очень много времени проводят у экранов телевизоров, а теперь ещё и у мониторов компьютеров. А это, вы сами знаете, вредит здоровью: зрению, осанке и т.д.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что большинство родителей в своей субъективной оценке считают свое здоровье нормальным и не проявляют заботу о нем. Здоровье детей родителей беспокоит больше, но прилагать усилия для его укрепления они не торопятся.

Вывод ясен: если вы хотите видеть своего ребенка здоровым – надо постоянно, каждодневно уделять время для закаливающих процедур. В “минимум” закаливания входит обязательное использование не перегревающей одежды, воздушные и водные процедуры, гигиена одежды и обуви, а ещё обязательные прогулки на свежем воздухе.

7. Делимся опытом, играя!

Ведущий:

Любое спортивное оборудование, а тем более новое – это всегда стимул активизации физкультурно-оздоровительной деятельности. Поэтому оно никогда не бывает лишним. Можно ли без особых значительных финансовых затрат обновить игровой инвентарь? Если у вас есть желание что-то сделать своими руками и немного фантазии, вы легко справитесь с этой задачей. Я предлагаю вам принять участие в создании в нашей группе СПОРТИВНОГО УГОЛКА – в конкурсе «Укрепим здоровье детей вместе».

Обсуждение с родителями изготовления пособий.

8. Итог собрания.

Ведущий: Уважаемые родители! Помните, что здоровье ребенка в Ваших руках! Вам необходимо создать условия здорового образа жизни ребенка.

Я благодарю всех родителей и гостей, принявших участие в обсуждении такой актуальной темы. Пусть в каждой семье господствует дух здоровья, культ здоровья. Будьте здоровы!

Формулировка и принятие решения родительского собрания.

Решение родительского собрания:

1. Родителям воспитанников детского сада принять к сведению информацию о необходимости вести здоровый образ жизни и систематически применять дома различные способы укрепления здоровья детей.

2. Воспитателям в тесном сотрудничестве с родителями воспитанников строить образовательно-воспитательный процесс в соответствии с требованиями СанПин и здоровьесберегающих технологий.

3. Воспитателям при поддержке родителей оформить в групповой комнате спортивный уголок как традиционным, так и нестандартным оборудованием.

Решение принято единогласно путём голосования.

Используемая литература:

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Соответствует ФГОС. - М., Мозаика-Синтез, 2014.

2. Гумен Е.С. Взаимодействие ДОУ с родителями на занятиях физической культуры. // Научно-практический журнал «Инструктор по физической культуре», № 4 – 2011.

3. С.Ю. Прохорова, Е.Б. Хижова. Детский сад: работа с родителями. – Москва, Издательство «Скрипторий-2003», 2014.