**Полтанова Наталья Владимировна,**

 **воспитатель,**

 ТМКДОУ «Хатангский детский сад

 комбинированного вида «Солнышко»

 с. Хатанга, Таймырский Долгано-Ненецкий

муниципальный район, Красноярский край

# Родительское собрание в средней группе «Здоровье-сберегающие технологии в ДОУ»

**Цель:** познакомить **родителей с современными здоровье-сберегающими технологиями,** применяемыми в нашем ДОУ;

**Задачи:**

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

\* дать соответствующие рекомендации по данному вопросу;

\* познакомить с правилами безопасности в зимний период;

План проведения.

1. Вступительное слово воспитателя.

2. Просмотр презентации ***«Здоровье-сберегающие технологии****»*.

3. Правила безопасности в зимний период.

4. Организация новогоднего утренника.

5. Подведение итогов **собрания.** Принятие решения.

## Ход собрания.

1. Выступление воспитателя.

Позвольте начать моё выступления со стихотворения В. Крестова "Тепличное создание":

Болеет без конца ребёнок.

Мать в панике, в слезах: и страх и грусть.

- Ведь я его с пелёнок

Всегда в тепле держать стремлюсь.

В квартире окна даже летом

Открыть боится - вдруг сквозняк,

С ним то в больницу, то в аптеку,

Лекарств и перечесть нельзя.

Не мальчик, словом, а страданье.

Вот так, порой, мы из детей

Растим тепличное создание,

А не бойцов - богатырей.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые, более высокие требования к человеку и его **здоровью**. 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.

Древняя восточная мудрость гласит: «Человек в молодости тратит **здоровье на то**, чтобы заработать деньги, а в старости тратит деньги на то, чтобы выкупить **здоровье**. Но никому это пока не удавалось».

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**, культивирование **здорового образа жизни**. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из **средств** решения обозначенных задач становятся **здоровье-сберегающие технологии**, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

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 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 *«****Здоровье-сберегающие технологии****»*.

2. Просмотр презентации.

1 слайд:

**Здоровье-сберегающие технологии**.

Наша цель на сегодня:

• познакомить с современными **здоровье-сберегающими технологиями ДОУ**;

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

• дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

2 слайд

**Здоровье** - это состояние полного физического и социального благополучия человека, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Итак, что же такое **здоровье-сберегающие технологии**? И что мы понимаем под термином современные **здоровье-сберегающие технологии**?

**Здоровье-сберегающая технология - это система мер**, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной **среды**, направленных на сохранение **здоровья** ребенка на всех этапах его обучения и развития.

3 слайд

ЗОЖ включает в себя …

4 слайд

Привитие культурно-гигиенических навыков

5 слайд

Правильное питание

6 слайд

Витаминизация

7 слайд

Физкультурно-**оздоровительные технологии** в дошкольном образовании – **технологии**, направленные на физическое развитие и укрепление **здоровья дошкольников**.

8 слайд 9 слайд

Формы организации **здоровьесберегающей работы**:

физкультурные занятия проходят 3 раза в неделю (15-20 мин. ,

10 слайд

самостоятельная двигательная деятельность детей; звуковая гимнастика

подвижные игры

динамические паузы *(физкультминутки, рекомендуются в качестве профилактики при утомлении.)*

утренняя гимнастика

11 слайд

пальчиковая гимнастика – для развития мелкой моторики рук, способствующей

развитию, мозговых центров речи.

12 слайд

\* гимнастика бодрящая *(проводится ежедневно после дневного сна)*;

\* прогулки;

1. лайд

\*физкультурные досуги, спортивные праздники;

14 слайд

\* Элементы игрового массажа, самомассажа.

15 слайд

\* Релаксация – минутка, помогающая снять напряжение с анализаторов и успокоить организм. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов, звуки природы).

16 слайд

\* Дыхательная гимнастика – гимнастика, способствующая правильному развитию дыхания, умение регулировать частоту, глубину вдохов и выдохов. Развивать умение с помощью дыхания сохранять и укреплять свое **здоровье**.

17 слайд

Зрительная гимнастика – для глаз, помогает укреплять мышцы глаз, развивать остроту, боковое зрение, восприятие.

18 слайд

Профилактика сохранения правильной осанки и плоскостопия – с помощью традиционного и нетрадиционного спорт инвентаря.

19 слайд

Наряду с традиционными **технологиями** в ДОУ используются и нетрадиционные.

**Технологии** музыкального воздействия – вставляются в различных формах физкультурно-**оздоровительной работы**, в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного **средства как часть других технологий** - для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

20 слайд

Ритмопластика-развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус, умение правильно и красиво двигаться, умение чувствовать и передавать характер музыки, укрепляет различные **группы мышц и осанку**.

Улыбкотерапия

21 слайд

Сказкотерапия–используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть **групповое рассказывание**, где рассказчиком является не один человек, **группа детей**, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.

22 слайд

Десять золотых правил **здоровья-сбережения**:

• Соблюдайте режим дня!

• Больше двигайтесь!

• Обращайте больше внимания на питание!

• Спите в прохладной комнате!

• Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

• Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

• Гоните прочь уныние и хандру!

• Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

• Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

• Желайте себе и окружающим только добра!

Перечисленные современные виды **здоровье-сберегающих 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.

Мы рассказали вам сегодня много интересного. Надеемся, что информация окажется для вас полезной. И в завершении нам бы хотелось напомнить о том, что личный пример **родителей** в любом деле важнее всего!

Спасибо за внимание!

**3. ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Правила безопасности в зимний период

В связи с наступлением холодного времени года, потенциальных опасностей во время прогулок детей на улице становится больше. Собираясь на прогулку, заботливых **родителей** всегда мучает вопрос: как одеть ребенка, чтоб он и не замерз, и не перегрелся? Надо помнить главное: ребенка не надо кутать. Кроме того, одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно. Зимняя обувь должна быть удобной, чтобы подошва была рельефной.

На улице надо идти посередине тротуара, подальше от домов, потому что с крыши может обвалиться снег или упасть сосулька, и ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны. Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

Ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву. Вести себя на горке нужно аккуратно и дисциплинированно, не толкаться. При игре в снежки нужно помнить, что кидать в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой!

Около водоемов гулять детям можно только со взрослыми. Нельзя выходить на заледеневшие водоемы! Но если уж так случилось, что ребенок оказался на льду, передвигаться нужно мелким скользящим шагом. Если лед провалился - нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край!

В связи с пожароопасным периодом следует осторожно обращаться с электрокаминами, **пиротехническими изделиями**, использовать только исправные электрические гирлянды, соблюдать правила пожарной безопасности.

 **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.

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

5. Соблюдать правила безопасности.

**Решение родительского собрания**:

1. Создать необходимые условия для реализации потребности ребенка в двигательной активности в повседневной жизни

2. Соблюдать режим двигательной активности в течение дня

3. Систематически интересоваться знаниями по формированию зож, полученными детьми в ДОУ и закреплять их дома

4. Организовать дома режим дня и питание, приближенное к детсадовскому.