

**Родительского собрания на тему:
«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ».**

Цель: Повысить педагогическую компетентность родителей в вопросах использования здоровьесберегающих технологий, показать на практике использование методик оздоровления.

Повестка дня:

1. Приветствие родителей.
2. Оценка понятия «здоровье» и факторы влияющие на «здоровье».

воспитатель группы.

3. Рассказ о здоровьесберегающих технологиях.
4. Подведение итогов.
5. Вопросы родителей.

6. Разное (одежда по сезону, измерение температуры по утрам, прем детей в детский сад с 7.30 до 8.00, подарки именинникам, выбор родительского совета и т.д.)

Добрый вечер, уважаемые родители!

Сегодня мы хотим поговорить с вами на очень важную тему – о здоровье наших детей!

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С.

И. Ожегова:

«Правильная, нормальная деятельность организма».

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. Давайте мы сейчас с вами определим, здоровый ребенок, он какой? (ответы родителей).

Здоровье ребенка оценивается по шести критериям. Данный критерий контролируется педиатрами и определяются группы здоровья:

1 группа — здоровые дети, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций;

2 группа — здоровые, но имеющие функциональные и некоторые морфологические отклонения, а также сниженную сопротивляемость к острым и хроническим заболеваниям;

3 группа — дети, больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации, с сохраненными функциональными возможностями организма.

Как вы думаете, что влияет на здоровье наших детей?

Факторы, влияющие на состояние здоровья.

20% - наследственность

20% - экология

10% - развитие здравоохранения

50% - образ жизни

Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу нам воспитателям и вам родителям нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребенка, системно и сообща.

2. Рассказ о здоровьесберегающих технологиях.

С целью сохранения здоровья ребёнка и развития его как всесторонней гармонично – развитой личностью, в своей работе мы применяем комплекс здоровьесберегающих технологий. Но сначала определим, что же такое здоровьесберегающие технологии? И что мы понимаем под термином современные здоровьесберегающие технологии?

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

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 ортопедическая (проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы, рекомендована детям с плоскостопием);
- Гимнастика утренняя (ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах);
- Комплексное закаливание (полоскание горла водой комнатной температуры, ходьба по ребристой поверхности)
- Игровой самомассаж
- Кислородный коктейль (принимается в течение 2 недель один раз в месяц).

Игры с родителями в игровой самомассаж (для образца)

Но ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, поэтому важно нам с вами создать детско-взрослое сообщество (дети — родители — педагоги). Что единство ДООУ и семьи в вопросах сохранения здоровья детей достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям.

Ведь как прекрасно видеть своих детей радостными, счастливыми, а главное здоровыми, как приятно смотреть на их улыбку, на стремление жить!

Детский сад и семья — вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка.

Здоровье – это усердный, ежедневный труд, его не так просто получить!
Давайте наконец задумаемся о своем здоровье, о своем дальнейшем будущем, о наших детях!

Потому что уважаемые родители, все в ваших руках!

Родителям вручается памятка «Массажные игры дома с родителями»