

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Радуга»

Родительское собрание-студия
«Здоровье ребенка в наших руках»

Автор:

Хрущева Юлия Николаевна, воспитатель

г. Новодвинск
2020 г.

Родительское собрание-студия - способ педагогической и психологической поддержки родителей в вопросах воспитания детей. «*Студия*» от итал. studio - изучение, мастерская. В ходе собрания родители изучают вопросы по теме встречи в форме дискуссии, имитационно-ролевой игры, обсуждают их за круглым столом в процессе мозгового штурма. Также воспитатель использует рефлексивные оценки собственной деятельности. Суть студийных собраний заключается в обучении родителей, которое происходит на теоретическом, практическом и технологическом уровнях. Они обсуждают актуальные проблемы воспитания, вместе с педагогами выясняют с помощью каких средств и методов можно решить их на практике. **Главные отличия собраний-студий** - неформальное общение, равноправное положение и активность всех участников, положительный эмоциональный фон. Достичь этого помогают предварительные детско-родительские игры, развлечения, просмотры ОД и видеозаписей деятельности детей. Обязательным компонентом собраний-студий является рефлексия совместной деятельности по итогам обсуждения.

Цель: Познакомить родителей воспитанников с основными компонентами здоровья (физическое, социальное, психическое, нравственное).

Задачи:

1. Обеспечить понимание родителями необходимости создания и сохранения в семье всех компонентов здоровья.
2. Способствовать формированию у родителей мотивации к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье своего ребенка.
3. Активизировать родительский интерес, развивать чувство единства и сплочённости.

Форма проведения: студия

Участники: родители, воспитатели.

Предварительная работа:

1. Оформление индивидуальных приглашений для родителей.
2. Оформление фотостенда в зале «За здоровьем всей семьей» (из опыта семейного воспитания по вопросу приобщения к здоровому образу жизни).
3. Создание видеоряда «Мероприятия в группе, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников».
4. Анкетирование родителей (Приложение 1)
5. Фоторепортаж собрания-студии (Приложение 2)

Оформление зала: Помещение оформлено информационными плакатами и фотографиями на тему здорового образа жизни, рисунками детей. На столах пословицы и поговорки о здоровье.

Музыкальный фон: песни о спорте, здоровье.

Ход собрания:

Родители и педагоги собираются в музыкальном зале, удобно располагаются для совместной работы.

Воспитатель: *Здравствуй*те уважаемые родители! Кажется на первый взгляд, какое простое и необыкновенное слово. В нем все: и тепло, и встречи, и рукопожатие друзей, и самое главное **пожелание здоровья!** Давайте сейчас поздороваемся друг с другом и пожелаем друг другу здоровья, но сделаем мы это с вами необычным способом, встав со мной в круг.

Предлагаем поздороваться с соседом по очереди в правую сторону сначала

-  плечами,
-  спинками,
-  локтями,
-  кулачками
-  и ладошками.

Вот мы с вами и пожелали друг другу здоровья. Спасибо, присаживайтесь за столы.

Прежде, чем начать наш разговор, прошу вас нарисовать воздушный шар.

В корзине шара нарисуйте себя. С собой мы берем девять важных ценностей, запишите их: любовь, семья, друзья, здоровье, деньги, успех, удача, работа... Итак, мы с вами начинаем путешествие. Мы летим по голубому небу, светит яркое солнце, но вдруг шар начинает терять высоту. Мы падаем и нам необходимо выкинуть три из тех ценностей, которые у нас в корзине. Отлично. Теперь мы можем продолжить путешествие. Шар снова набирает высоту. Но через некоторое время шар снова теряет высоту и нам надо снова выкинуть балласт – еще три из взятых ценностей. Итак, что же у вас осталось.

Результат озвучивают родители, а педагог фиксирует данные на мольберте, прикрепляя магниты.

Обратите внимание, что здоровье оставили все. Здоровье нужно нам и нашим детям, чтобы обучаться и развиваться в детском саду, а обучение и воспитание для укрепления здоровья.

Тема нашей встречи: «Здоровье ребенка в наших руках».

Воспитатель: Вопрос сохранения и укрепления здоровья наших детей волнует и вас родителей и нас педагогов, так как мы все хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее и крепче, были не только образованными, но и здоровыми, закаленными.

Есть ли ключ к решению этой задачи? Что же мы взрослые должны делать для того, чтобы наши дети выросли здоровыми?

Высказывания родителей.

Воспитатель: На этот главный вопрос мы и постараемся сегодня ответить.

- Здоровье детей и их развитие – одна из главных проблем семьи и дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомляемости, социально и физиологически адаптирован.

- В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и

привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

-Немного статистики: учеными доказано, что на 20% здоровье зависит от наследственных факторов, 20% -от факторов внешней среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, и 50 % - от образа жизни человека. Значит, наше здоровье и здоровье наших детей зависит от наших привычек, от наших взглядов и усилий по его сохранению и укреплению.

Об этом знали еще очень давно, ведь еще древние римляне сказали до их пор знаменитую фразу «В здоровом теле – здоровый дух». Простые истины передавались из поколения в поколение, так рождались народные мудрости.

«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов» (Всемирная организация здравоохранения).

Выделяют основных 4 компонента здоровья, взаимодействие которых и является основой здоровой личности:

Здоровье физическое – это состояние, при котором у человека имеет место быть гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды.

Здоровье психическое – это способности человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой.

Здоровье социальное – мера социальной активности, деятельностного отношения человека к миру.

Здоровье нравственное – это комплекс характеристик мотивационной и информационной сферы личности, основу которого определяет система нравственных ценностей.

Воспитатель: Уважаемые родители, мы просим вас объединиться в группы четырёх основных компонентов здоровья, пройти к подготовленным столам. Каждой команде необходимо собрать пословицу о здоровье, определяющую ее как компонент. После того, как вы составите пословицу, ваша команда

попробует составить коллаж из подходящих картинок и охарактеризует его всем участникам.

Родители собирают пословицы в командах, создают коллаж, после презентации коллажа у каждой команды, воспитатель дает небольшие комментарии и предлагает поучаствовать в играх:

психическое здоровье – пословица: здоровое веселье от любых болезней спасенье.

Психическое здоровье: Очень важно помнить, чтобы каждое утро у вас начиналось с положительных эмоций, хорошего настроения. Просыпайтесь с мыслью, что день принесет удачу. Даже если будут трудности, верьте, что справитесь с ними. Давайте выработаем привычку каждый день улыбаться друг другу, своим детям. Улыбка это залог хорошего настроения. Так мы дарим друг другу здоровье и радость.

Педагог проводит игру «Подари мне свою улыбку» (в кругу под музыкальное сопровождение родители «передают» улыбку своему соседу).

физическое здоровье – пословица: быстрого и ловкого болезнь не догонит.

Физическое здоровье: Мы с вами знаем, чтобы быть здоровыми и бодрыми нужно больше двигаться, движение — это жизнь. Мы приглашаем вас на музыкальную зарядку.

Физическому здоровью в условиях нашей группы, мы уделяем особое внимание. Для вас, уважаемые родители, мы приготовили видеоряд «Мероприятия в нашей группе, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников».

социальное здоровье – пословица: доброе слово лечит, а злое калечит.

Социальное здоровье: Поддержание социального здоровья – один из важных моментов в полноценном развитии детей дошкольного возраста. Спокойная доброжелательная обстановка, созданная родителями и воспитателями в детском саду, – залог нормального психосоциального развития дошкольников. Как правило, если в семье царит взаимоуважение и

понимание, а в детском саду малыш чувствует себя уверенно и комфортно, его психосоциальное здоровье находится в полном порядке.

В нашей группе мы используем разные игры на эффективную социализацию детей в группе. Приглашаем и вас, уважаемые родители, поиграть в нашу любимую игру «Найди свою группу» (родителям предлагается взять по одной картинке. «Внимательно рассмотрите картинку и объединитесь в несколько групп так, чтобы в каждой группе собрались картинки, у которых есть что – то общее. По окончании игры проводится дискуссия, в которой каждый участник должен защитить свою точку зрения относительно принадлежности к группе).

нравственное здоровье – пословица: здоровая душа и телом здорова.

Здоровье нравственное: Дети - наша гордость. В них всё нам мило и дорого. Но всегда ли мы задумываемся над тем, что привлекательность нашего ребенка не только в красоте его внешнего вида? Главное, в другом - как подрастающий ребенок ведет себя? Как держится на людях? Каковы его манеры - мимика, жесты, движения, осанка?

Ребенок не рождается злым, жестоким или добрым. Нравственные качества ему предстоит приобрести. Они формируются у детей с самого раннего возраста. Много начинается с привычки. Нравственное поведение - это поведение глубоко сознательное, основанное на принятых человеком моральных принципах, на его мировоззрении.

Однако в дошкольном возрасте, ребенок еще не способен к сознательным нравственным поступкам, под руководством взрослых он усваивает привычные нормы поведения, которые соответствуют нормам морали и этики, принятым в нашем обществе.

Уважаемые родители, мы подготовили для вас **игру**. На слайде будут появляться различные жизненные ситуации, ваша задача будет назвать то нравственное качество, которое вы обязательно будете формировать у наших ребят (любовь к животным, доброта, вежливость, гостеприимность, уважение, дружелюбие, скромность, заботливость и другие).

Уважаемые родители, давайте подведем итог, закрепим услышанное сегодня на нашей встрече, игровым упражнением «Продолжи фразу». Я начну предложение, а вы продолжайте «Мой ребенок будет здоровым, если я ...» (воспитатель передает микрофон).

А закончим мы наше собрание-студию небольшой притчей.

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот он решил придумать такой вопрос, чтобы мудрец на него не смог ответить.

И он пошёл на луг, поймал бабочку. Посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: «спрошу-ка я у мудреца: скажи, о мудрейший, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?»

Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрёт, а если он скажет – мёртвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мёртвая?». И тогда мудрец сказал: «Всё в твоих руках, человек!»

Уважаемые родители! Наше здоровье и здоровье наших детей в наших руках, помните об этом всегда!

- Уважаемые участники, а сейчас мы просим вас оставить ваше мнение о сегодняшней встрече.

Упражнение «Плодородный сад».

На магнитной доске плакат, на котором нарисовано дерево. Родителям раздаются яблоки-стикеры (зелёные – положительные эмоции, желтые-нейтральные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: Что вы думаете о нашей встрече?

Затем развешиваются яблоки на дереве с комментарием того, что понравилось или не понравилось участникам.

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК – КАКОЙ ОН?»**

1. Часто ли болеет Ваш ребёнок?

- а) совсем не болеет
- б) редко болеет
- в) часто болеет

2. Какие, на ваш взгляд, компоненты определяют здоровье ребенка?

- а) физическое здоровье
- б) духовно-нравственное здоровье
- в) психическое здоровье
- г) социальное

3. На что, на Ваш взгляд, должны семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?

- а) соблюдение режима
- б) полноценный сон
- в) достаточное пребывание на свежем воздухе
- г) здоровая гигиеническая среда
- д) благоприятная психологическая атмосфера
- е) физические занятия
- ж) закаливающие мероприятия.

4. Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для Вашего ребёнка?

- а) облегчённая форма одежды на прогулке
- б) облегчённая одежда в группе
- в) обливание ног водой контрастной температуры
- г) хождение босиком
- д) прогулка в любую погоду
- е) полоскание горла водой комнатной температуры

5. Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребёнка?

- а) да
- б) частично
- в) нет

6. Ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?

- а) постоянно
- б) часто
- в) очень редко
- г) не занимается

7. Считаете ли Вы питание своего ребенка вне детского сада рациональным?

- а) да
- б) отчасти
- в) нет
- г) затрудняюсь ответить

8. Какой отдых Вы предпочитаете для ребенка?

- а) на море
- б) дома
- в) в санатории
- г) в деревне
- д) другое

9. Как Ваш ребенок проводит досуг?

- а) у бабушки
- б) гуляют во дворе
- в) смотрят телевизор
- г) с друзьями

10. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

- а) из специальных книг
- б) из средств информации
- в) из беседы с
- г) в детском саду

11. Вы прививаете здоровый образ жизни своему ребенку?

- а) да
- б) затрудняюсь ответить

12. Если прививаете, то каким образом?

- а) с помощью бесед
- б) личным примером
- в) совместно

13. Нужна ли Вам помощь детского сада?

- а) да
- б) частично
- в) нет

Фото с проведенного мероприятия:



Физическое здоровье

Быстро и ловко болезнь не догонит



Нравственное здоровье

Здоровая душа и телом здорова

