Родительское собрание «Растим малышей здоровыми»

**Форма: «Круглый стол».**

**Структура:**

**1. Предварительная работа:**

Анкетирование родителей.

Цель: Побуждение родителей к размышлению о состоянии здоровья своего ребёнка.

Оформление папки – передвижки: «Безопасность ребёнка».

Цель: Повышение компетентности родителей по обсуждаемому вопросу.

Изготовление памятки: «Здоровый образ жизни семьи».

Цель: Определить роль семьи в осуществлении сбережения здоровья дошкольника.

Оформление стенда: «Если малыш поранился».

Цель: Практические рекомендации родителям об оказании первой медицинской помощи.

Написать плакаты, развесить их в приёмной комнате.

Цель: Повысить внимание к проблеме, раскрытие её сути.

Советы родителям: «Альбом здоровья».

Цель: Обратить внимание родителей на волнующие их темы.

(Закаливание, прививки, питание, витамины, народная медицина.)

Изготовление пригласительных билетов.

Цель: Привлечь внимание к данному мероприятию, заинтересовать, обеспечить присутствие каждого родителя на собрании.

Подготовка художественного слова.

Цель: Создание интереса, эмоционально – положительного настроя.

Семинары и консультации для родителей:

а) «Всё о детском питании».

б) «О детском травматизме».

в) «Организация прогулок».

г) «Ребёнок за компьютером».

д) «Спортивный уголок дома».

Цель: Повышение  педагогической грамотности родителей по вопросам здоровья детей.

**2. Основная часть:**

Чтение стихотворения: «Тепличное растение» В.Крестова.

Вводная беседа о здоровье детей.

Подведение итогов рейда по проверке санитарно – гигиенического режима в ДОУ. (Выступление старшей медицинской сестры.)

Игра для активации родителей: «Кто больше назовёт слов ассоциирующих со словом «Здоровье».

Блицтурнир.

Дегустация целебного чая из трав и ягод.

Подведение итогов собрания. Обмен мнениями.

**Ход собрания:**

Педагог читает стихотворение В.Крестова «Тепличное создание»:

Болеет без конца ребёнок.

Мать в панике, в глазах 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 аптеку, то в больницу,

Лекарств и перечесть нельзя.

Не ребёнок в общем, а страданье.

Вот так порой мы из детей

Растим тепличное создание,

А не бойцов богатырей.

Воспитатель: Дети болеют. Этот  грустный факт так же очевиден, как и тот, что дети растут. Но детские болезни не доставляют радости ни самим малышам, ни их родителям, ни персоналу детского учреждения. Конечно, не все дети заболевают сразу после посещения детского сада. Кто раньше, кто позже – всё зависит от организма. А чем болеют наши детки? У каждого своё. Где тонко – там и рвётся. У одного часто болят уши, у другого – насморк, у третьего – горло, у четвёртого – глаза. Почему же болеют наши дети? Давайте попробуем ответить на этот вопрос.

Во – первых, ребёнок посещает детский сад, где много других детей. Кто – то кашлянул, кто – то чихнул, у кого – то начинается насморк. Игрушки переходят из рук в руки, дети берут их в рот, дети длительное время находятся в одном помещении – вот вам и передача инфекции.

Во – вторых, сказываются нервные перегрузки. Организм ослабевает – отсюда и заболевания.

В – третьих, многих детей «заботливые» родители очень тепло одевают. А дети двигаются, потеют – это тоже может быть одной из причин частого заболевания. Так что поводов для болезней предостаточно. Прежде всего, надо подумать, как укрепить здоровье, избежать заболевания. Медицина давно пришла к выводу – нужна профилактика, закаливание, молодого, растущего организма.

**Выступление старшей медицинской сестры дошкольного учреждения:**

Она оглашает результаты **Рейда** по проверке санитарно – гигиенического режима, проводившегося в ДОУ совместно с членами родительского комитета. Все помещения группы – приёмная, игровая, спальная, туалетная комнаты   содержатся в должном порядке, чистоте, проветриваются, кварцуются по графику. Игрушки, посуда, горшки моются с дезинфицирующими средствами. Грубых нарушений нет, соблюдается режим дня: дети делают утром зарядку, полноценно питаются, гуляют, спят, играют в хорошо освещённом помещении.

**Вывод:** Все мы хотим, чтобы наши детки не болели, надо постоянно уделять время для закаливания. В него входят:

- воздушные, водные процедуры,

- сбалансированное питание,

- ежедневные прогулки на свежем воздухе,

- правильный подбор одежды,

- профилактические прививки.

**Воспитатель предлагает родителям игру: «Кто больше назовёт слов, ассоциирующих со словом «Здоровье».**

Воспитатель раздаёт листы бумаги, ручки – родители записывают слова, потом зачитывают. Педагог ещё раз  читает все слова, благодарит за участие.

**Воспитатель предлагает продолжить игру и объявляет  «Блицтурнир».**

На столе стоит коробка с записками. Родители делятся на две команды. По очереди подходят, берут записку с вопросом, зачитывают, отвечают:

1. Чем лучше запивать лекарства?
2. Как предупредить  кариес зубов?
3. Какие есть меры профилактики близорукости?
4. Вредно ли излучение, исходящее от телевизора, компьютера?
5. Что необходимо для сохранения слуха ребёнка?
6. Какая одежда полезнее для малыша?
7. Можно ли покупать ребёнку «Чипсы»?
8. Как приучить ребёнка есть рыбу?
9. Как научить ребёнка самостоятельно совершать свои естественные потребности?
10. Как отучить малыша от пустышки?

Подведение итогов.

**Воспитатель читает стихотворение:**

Мы сегодня очень рады,

Что вы в гости к нам пришли,

Что б поведать нам секреты,

Показать свои труды.

Педагог показывает родителям книгу: «Салаты на каждый день», зачитывает некоторые из них, рассказывает о не обходимом детскому организму количестве витаминов и их источниках. Родители в свою очередь предлагают свои рецепты. Все желающие – записывают.

**Народная мудрость: «Чай не пьёшь – откуда силу возьмёшь?»**

Педагог предлагает продегустировать несколько видов целебного чая:

1. Чай с лимоном.

2. Чай с шиповником.

3. Чай с мятой.

4.  Чай с мелиссой.

5. Чай с корицей и мёдом.

**Подведение итогов. Обмен мнениями.**

**Приложения:**

**Анкета для родителей**

1. Как часто болеет Ваш ребёнок?

2. Что на Ваш взгляд является причиной заболевания?

3. Какие виды закаливания Вы применяете?

4. Какими средствами нетрадиционной медицины Вы пользуетесь?

5. Какие виды профилактики используете?

6. Как Вы относитесь к ежедневной прогулке?

7. Ваше отношение к здоровому образу жизни?

8. Влияет ли сбалансированное питание на здоровье ребёнка?

9. Консультации, каких специалистов Вы хотели бы получить?

10. Готовы ли Вы сотрудничать с дошкольным учреждением в вопросах укрепления здоровья Вашего малыша?

**Плакаты**

- «Здоровье – всему голова!»

- «Больному и золотая кровать не поможет!»

- «Цена здоровью ощущается после болезни!»

- «Здоровый нищий счастливее больного короля!»

- «Деньги потерял – ничего не потерял; время потерял – много потерял; здоровье потерял – всё потерял!»

**Памятка**

**«Здоровый образ жизни» -  это:**

- благоприятный эмоциональный климат в семье, дружеские взаимоотношения между родителями и детьми;

- ответственное отношение родителей к здоровью ребёнка, культура здоровья;

- благоприятные условия для физического и психического развития ребёнка;

- правильно организованная рациональная пища;

- соблюдение режима дня;

- отрицательное отношение к курению и алкоголю;

- достаточная трудовая активность, привлечение детей к посильной работе;

- соблюдение санитарно – гигиенических норм;

- умеренные требования к ребёнку, общие игры, проведение досуга (отдых вместе, прогулки в лес, парк, на каток, лыжные прогулки, общее чтение книг, рисование).

Очень важно быть доброжелательным и вежливым человеком и учить быть такими своих детей.