



*Родительское собрание на
тему:
« Здоровье ребенка в наших
руках»*



Баннова Н.Л.,
Епифанова Т.И.
Воспитатели младшей группы



Цель:

- 1. Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.***
- 2. формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.***

Задачи:

- Познакомить родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы ДОУ и результатами деятельности педагогического коллектива по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.***
- Дать советы и рекомендации родителям по поводу укрепления здоровья их ребенка и воспитания привычки к здоровому образу жизни.***
- Способствовать осознанию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.***



Актуальность проблемы:

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации, из уст педагогов, медиков, родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей — подрастающего поколения нашей страны. Наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и ДОО. Формируя отношение ребенка к здоровому образу жизни невозможно без активного участия в этом процессе педагогов детского сада и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада в работе ДОО и семьи можно ожидать реальных результатов в формировании отношения детей дошкольников и их родителей к собственному здоровью.



Здоровый образ жизни

Это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей.

Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея – здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:



**Формирование представлений о
здоровом
образе жизни включает следующие
разделы:**

- Режим дня
- Воспитание культурно-гигиенических навыков
- Питание
- Закаливание
- Организация двигательного режима
- Воспитание положительных эмоций



Воспитание культурно-гигиенических навыков

Младший дошкольный возраст	Формировать первые представления о том, как и зачем мыть руки. Лицо, уши. Пользоваться расческой и носовым платком.
----------------------------	--

Принципы организации питания

- Выполнение режима питания;
- Гигиена приёма пищи;
- Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- Эстетика организации питания (сервировка);
- Индивидуальный подход к детям во время питания;
- Правильность расстановки мебели.



В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- Соблюдение температурного режима в течение дня;
- Правильная организация прогулки и её длительность;
- Соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние здоровья детей;
- Облегчённая одежда для детей в д/саду

Организация рациональной двигательной активности

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.



Основные принципы организации физического воспитания в детском саду

- Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
- Сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами.
- Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.



*Главная задача родителей и педагогов МБДОУ –
выработать у детей разумное отношение к своему
организму, привить необходимые санитарно-
гигиенические навыки, научить вести здоровый
образ жизни с раннего детства*

Давайте растить



детей здоровыми!