

Заседание дискуссионного клуба.

Составил и провел:
Воспитатель Раева Т.В.

Цель:

Повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством педагогического и медицинского просвещения.

Задачи:

Формировать у родителей и детей ответственное отношение к здоровью.

Разработать практические рекомендации по укреплению и сохранению здоровья.

Привлечение родителей к заботе о своём здоровье и здоровье своего ребёнка.

Участники родительского собрания:

Родители детей старшего дошкольного возраста.

Специалисты (педагог-психолог, медсестра (врач-педиатр)).

Воспитатель

Подготовительная работа:

Интервьюирование детей на тему: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?» (видеозапись).

Видеозапись режимных моментов группы в течение дня.

Анкетирование родителей (*Приложение 2*).

Приглашение родителей, специалистов.

Изготовление памяток для родителей и гостей (*Приложение 3*).

Оформление:

Плакаты о здоровье, о спорте, о гигиене.

Рисунки на тему: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», «Спорт и я – лучшие друзья».

Плакат «Цветок-здоровье» (*Приложение 1*).

ХОД ДИСКУССИИ:

ПЕДАГОГ: Добрый день, уважаемые родители и гости!

«Здравствуй, ты скажешь человеку.

Здравствуй, улыбнется он в ответ.

Здравствуй, не побежит в аптеку

И здоровым будет много лет».

Хотелось бы начать нашу с вами встречу следующими словами В.А. Сухомлинского: «*Семья с существующими в ней взаимоотношениями между детьми и родителями – первая школа интеллектуального, нравственного, эстетического и физического воспитания*».

Сегодня, мы приглашаем вас поговорить на тему: «Хорошо здоровым быть!». Замечательно, когда все здоровы, а особенно, когда здоровы дети. По данным Всемирной организации здоровья, 10 из 1000 новорожденных уже страдают тем или иным недугом. Кроме тяжелых соматических и психических болезней наших детей подстерегают травмы, простуды, вирусы, инфекции. Лишь маленькое количество родителей сейчас могут похвастаться тем, что они и их дети ни разу не обращались к специалистам за оказанием медицинской помощи. Поэтому одним из основных направлений работы в нашем детском саду является сохранение и поддержка здоровья детей.

В нашем разговоре будут участвовать 3 группы: «ДЕТИ», «РОДИТЕЛИ» и «ЭКСПЕРТЫ».

Если вы обратили внимание, в начале родительского собрания вы рассаживались за столы по желанию, а теперь вы, узнаете, на какие группы вы распределились. (1 стол – «дети»; 2 стол – «эксперты»; 3 стол – «родители»). А чтобы наши группы можно было отличить, мы для них придумали атрибуты, которые характеризуют их деятельность: «дети» - игрушки, бантики; «эксперты» - шапочки философов; «родители» - книги, журналы.

Итак, группы готовы поговорить о здоровье всерьёз?

Чтобы наша беседа прошла в дружеской и теплой атмосфере я предлагаю Вам провести *Минутку психологического настроя*. Для этого прошу вас взяться за руки и соседу, сидящему справа и слева от вас, сказать комплимент или пожелание. (Родители произносят пожелания и комплементы рядом сидящим).

Большое спасибо, я думаю, что пора начать нашу работу.

Работа в группах.

ПЕДАГОГ: Что более ценным является для человека - богатство или слава, один из древних философов ответил, что ни богатство, ни слава не делает человека счастливым. Самое драгоценное, что есть у человека - это здоровье. И с этим трудно не согласиться.

Каждый день мы слышим слова «Здравствуйте», «Как ваше здоровье», «Будьте здоровы», объединенные одним корнем «здрав – здоров». Существует более 300 определений здоровья. Например, в толковом словаре В. И. Даля: «Здоровье – это состояние животного тела (или растения), когда все жизненные отправления идут в полном порядке; отсутствие недуга, болезни».

Итак, давайте поразмышляем....

1 вопрос для обсуждения: Что же такое «здоровье»? (Обсуждение в группах).

Слово представителю группы «дети».

Слово представителю группы «родители».

Слово представителю группы «эксперты».

ПЕДАГОГ: Ну, что ж спасибо за ваше мнение, высказывание.

По определению Всемирной организации здоровья: «Здоровье – это цветок, включающий в себя 6 компонентов»:

1. Физический компонент - согласованная работа органов и систем.
2. Психо-эмоциональный компонент - способность проявлять и управлять эмоциями.
3. Интеллектуальный компонент – способность работать с информацией.
4. Личностный компонент - самооценка, самозначимость.
5. Социальный компонент - а) половой аспект Я (модель поведения);
б) взаимоотношения с социумом.
6. Духовный компонент - стержень человека (отношения к непреходящим ценностям, нравственные принципы).

(Предлагается плакат «Цветок-здоровье» с изображением 6 лепестков – 6 компонентов – Приложение 1).

ПЕДАГОГ: Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее.

Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно связаны с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи.

Ценность здоровья подрастающего поколения признается всеми: врачами - педиатрами, родителями, педагогами, воспитателями. Именно они каждый день сталкиваются с проблемами не благополучия детского здоровья, помогают ребенку

справиться с его болезненным состоянием. И я вам предлагаю обсудить следующий вопрос...

2 вопрос: Что такое «здоровый ребёнок»? (Группы совещаются)

Слово представителю группы «дети».

Слово представителю группы «родители».

Слово представителю группы «эксперты».

ПЕДАГОГ: В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе к ребёнку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые. Хотелось бы прочитать стихотворение В.Крестов «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.

Уважаемые родители, а сейчас прошу вас подумать, что же необходимо сделать нам (семье, детскому саду, социальным и медицинским работникам) чтобы здоровье наших детей не снижалось, а укреплялось и становилось надёжной основой их жизненного успеха.

И следующий вопрос для размышления:

3 вопрос: Как же мы взрослые можем сохранить и поддержать здоровье детей в нашей группе, детском саду?

Слово представителю группы «дети».

Слово представителю группы «родители».

Слово представителю группы «эксперты».

ПЕДАГОГ: В течение дня мы тоже уделяем большое внимание здоровьесбережению. Как вы сейчас увидите (Видеозапись «Мы здоровье бережём», режимные моменты группы). Давайте мы с вами немного отдохнем и проведём физминутку.

Коллективная музыкальная физминутка.

ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ!

На болоте две подружки —

Две зеленые лягушки

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались,

Ножками топали,

Ручками хлопали.

Вправо-влево наклонялись

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чем секрет,

Всем друзьям физкульт - привет!

Большое спасибо за участие. Вот такие не большие физпаузы вы можете проводить с детьми и дома.

ПЕДАГОГ: С ребятами мы тоже говорим о здоровье и о здоровом образе жизни на занятиях: по ознакомлению с окружающим миром, физической культуры, во время утренних бесед, сюжетно – ролевых игр.

О том, что думают, наши дети о здоровье вы сейчас узнаете. (Видеозапись на тему «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?»)

Согласно статистическим данным практически здоровыми можно признать не более 10% нынешнего подрастающего поколения. И сейчас слово предоставляется врачу-педиатру нашего ДООУ, который познакомит нас с тем как обстоит дело в нашем детском саду, группе и предложит информацию на тему: «Это интересно», о пользе физкультуры, закаливания, а так же о том, что может принести вред для нашего организма. (Слово предоставляется медсестре (врачу-педиатру) ДООУ).

ПЕДАГОГ: Спасибо за интересные сведения. Вы сегодня очень много услышали, узнали, а теперь я предлагаю поиграть в игру «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». В этой игре участвуют все группы, отвечают по очереди.

1. Что необходимо иметь, чтобы быть чистыми и здоровыми? (зубная паста, расческа, мыло и т.д.).

2. А знаете ли вы, какими средствами гигиены можете пользоваться вся ваша семья? (Мыло, шампунь, зубная паста).

3. А можешь пользоваться только ты? (Расческа, зубная щетка, полотенце, мочалка.)

4. Скажите мне, сколько раз в день вы должны мыть руки? (Каждый раз после уборки в комнате, после туалета, после прогулки, после общения с животными, после работы в огороде, после поездки в транспорте, после игры, перед едой.)

5. А что будет, если не вымыть руки? (попадут микробы, инфекция, глисты)

6. Гигиена это только чистые руки? (Нет)

7. А что еще? (чистка зубов, прическа, чистая и опрятная одежда, стриженные ногти, чистые носы)

8. А быть чистым, это значит быть здоровым? (Нет)

9. А что еще нужно, чтобы быть здоровым? (Заниматься спортом)

10. А какие виды спорта вы знаете? (Перечисляют)

11. Назовите пословицы о здоровье:

«Здоров будешь - всего добудешь».

«В здоровом теле - здоровый дух».

«Здоровому, все здорово».

«Здоровье всему голова».

«Здоровье дороже денег» и т.д.

ПЕДАГОГ: Уже в древности люди знали правила здорового образа жизни. Сегодня мы тоже много обсудили вопросов о здоровье. Наша творческая группа родителей заранее подготовила информационно-аналитическую памятку на тему «Береги своё здоровье». И сейчас хотелось бы их Вам вручить. (Приложение 2)

Наша встреча подошла к завершению, но разговор о здоровье мы не заканчиваем. Совместная деятельность детского сада и родителей – успех воспитания ребёнка. Только при полном взаимопонимании, поддержке и участии родителей возникает положительный результат.

Уважаемые собеседники, благодарю вас за плодотворную работу. Надеюсь полученные во время дискуссии рекомендации и пожелания, будут полезными для вас, помогут в деле воспитания здорового ребенка, а в будущем здорового гражданина нашей страны.

Хочется поблагодарить всех участников нашей встречи.

Спасибо! До новых встреч!

ЛИТЕРАТУРА:

1. М.М.Безруких. «Азбука здоровья и развития» - М.: Вентана –граф
2. Л.В. Баль, С.В.Барканов, С.А. Горбатенко. «Педагогу о здоровом образе жизни детей» - М.: Просвещение, 2005г.
3. И.П. Раченко. «Познай, организуй и воспитай себя» Пятигорск, 1991г.
4. Научно-информационная газета: «Здоровье в образовании» №3-5 2010г.

Приложение:

1. Цветок - здоровье



Приложение 2

Анкетирование родителей

- Занимается ли ваш ребенок спортом?
- Являетесь ли вы для него примером для подражания в занятиях спортом?
- Считаете ли вы занятия физической культуры важными и нужными?
- Поддерживаете ли вы спортивные увлечения своего ребенка?
- Посещаете ли вы спортивные мероприятия, в которых участвует ваш ребенок?
- Какие спортивные традиции существуют в вашей семье?
- Смотрите ли вы вместе с ребенком спортивные передачи?
- Какие виды спорта вам нравятся более всего?
- Какие спортсмены являются кумирами вашей семьи?
- Испытываете ли вы гордость за успехи наших спортсменов?

- Воспитываете ли вы своего ребенка на уважении к людям, которые приносят славу стране спортивными достижениями?

- Хотели бы вы, чтобы ваш ребенок занимался спортом профессионально?

- Какие спортивные мероприятия необходимо проводить в детском саду и группе, чтобы дети росли физически здоровыми и хотели участвовать в них?

- Какую помощь вы могли бы предложить, чтобы активизировать спортивно-оздоровительную работу в ДОУ?

Приложение 3

Информационно-аналитическая памятка по саморазвитию "Береги своё здоровье"

1. **Помни: здоровье не все, но все без здоровья – ничто!**
2. **Здоровье нужно не только тебе, но и людям, которым ты обязан помогать и защищать.**
3. **Здоровье – не только физическая сила, но и душевное равновесие.**
4. **Здоровье – это твоя способность удовлетворять в разумных пределах свои потребности.**
5. **Здоровье – это физическая и гигиеническая культура нашего тела: нет ничего красивее человеческого тела.**
6. **Здоровье – это душевная культура человека: доброта, надежда, вера и любовь к тем, кто тебя окружает.**
7. **Здоровье – социальная культура человека, культура человеческих отношений.**
8. **Здоровье – это любовь и бережное отношение к природе, природа не брат и сестра, а отец и мать человечества.**
9. **Здоровье – это стиль и образ твоей жизни, источник здоровья и источник всех бедствий зависят от тебя и твоего образа жизни.**
10. **Хочешь быть здоровым – подружись с физической культурой, чистым воздухом, здоровой пищей.**
11. **Помни: солнце наш друг и все мы - дети солнца, но с его лучами не шути, загорание не должно стать сгоранием на солнце.**
12. **Ходи периодически по земле босиком – земля дает нам силу, отводит из тела лишнее электричество.**
13. **Учись правильно дышать - спокойно, неглубоко и равномерно.**
14. **Семья – наша опора и наше счастье, делай в семье так, чтобы каждый член семьи чувствовал свою нужность и зависимость друг от друга.**
15. **Люби нашу землю – мать и кормилицу, бережно относись к ней и ко всему живому, чему она дала жизнь. Хочешь жить - люби жизнь!**
16. **Здоровье – наш капитал. Его можно увеличить и прокутить. Хочешь быть здоровым – будь им!**