

Родительское собрание
«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»

Воспитатель:
Беляева М.Г.

г. Артёмовский



Цель: познакомить родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, применяемыми в нашем ДОУ.

Задачи: 1. Показать применение технологий в ходе работы с детьми дошкольного возраста.

2. Дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

Ход:

Добрый вечер, уважаемые родители!

Мы рады видеть всех вас в нашем зале!

Как вы заметили, вход в зал был сегодня необычным. Все вы прошли по массажным дорожкам. Так как тема сегодняшнего собрания «Здоровьесберегающие технологии в детском саду». По этим дорожкам каждый день после сна ходят ваши детки.

Физкультминутка с родителями.

Что такое здоровьесберегающие технологии?

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.



В последние годы в нашем детском саду активно внедряются здоровьесберегающие технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

К здоровьесберегающим технологиям относятся:

- утренняя гимнастика
- гимнастика для глаз
- воздушные процедуры
- пальчиковая гимнастика
- гимнастика пробуждения
- подвижные игры
- ходьба по массажным дорожкам
- закаливание
- артикуляционная гимнастика.

Утро в нашей группе начинается с утренней гимнастики.

Цель: создать у детей хорошее настроение, поднять мышечный тонус.

Утренняя гимнастика проходит под музыку.

Преимущество проведения гимнастики под музыку заключается в том, что дети знают, что под определенную музыку необходимо выполнить определенные упражнения: нужно одеть и приготовиться к зарядке, если зазвучала знакомая мелодия или песенка. Это их дисциплинирует. Настроение у ребенка улучшается, капризы исчезают, поведение стабилизируется.

Проводится утренняя гимнастика с родителями.

Ежедневно проводим гимнастику после сна.

Цель – поднять мышечный тонус детей, настроение. Комплекс гимнастики после сна не должен дублировать утреннюю гимнастику. Такая гимнастика носит игровой характер. Гимнастика проходит в физкультурном



зале по массажной дорожке, затем переходим к комплексу упражнений и закаливающим процедурам (умывание прохладной водой) .

Хорошо зарекомендовал себя оздоровительный кислородный коктейль, который применяется для всего контингента детского сада. Это очень полезный продукт. Он помогает сконцентрироваться и улучшает память, зрение, способствует избавлению от головной боли, увеличивает выносливость.

Кроме того, в отсутствие детей организуем сквозное проветривание групповой комнаты и спальни в соответствии с установленным графиком; тщательно следим за тем, чтобы дети на протяжении всего дня находились в облегченной одежде (при температуре не ниже 18-20 градусов); организуем дневной сон без пижамы (в майках, если температура в спальне составляет 18 градусов и выше).

В нашей группе уделяется внимание и водным процедурам.

- Обучаем детей обширному умыванию прохладной водой: мытье рук до локтя. По окончании водной процедуры каждый ребенок самостоятельно вытирается полотенцем.

В течение дня неоднократно проводим:

Подвижные игры, как в группе, так и на улице.

- *Динамические паузы (физкультминутки)* (рекомендуются для всех детей в качестве профилактики при утомлении);
- *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);



Пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз с родителями.

Надеемся, что информация окажется для вас полезной и, что данные нами рекомендации будут использоваться дома.

И в завершении собрания нам бы хотелось напомнить, о том, что любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители! Всем удачи! Благодарим за внимание!

Релаксация с родителями.





Информация для родителей



Вход в зал по
массажным дорожкам





Физкультминутка «Буратино»



Утренняя гимнастика





Пальчиковая гимнастика «Повстречались...»



Релаксация





Фитотерапия

