Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №4 «Огонёк»
городской округ город Мантурово

Родительское собрание

«В здоровой семье - здоровый ребёнок»

Воспитатели: Смирнова Т.В.

Богословская Л.И.

2018г.

Цель:
Способствовать воспитанию потребности у родителей в здоровом образе жизни, обеспечении физического и психологического благополучия детей; ознакомление с элементами здоровьесберегающих технологий, которые могут быть использованы в семейном воспитании.
Задачи:
*Познакомить родителей с познавательными процессами (восприятие, мышление, память, внимание, речь), развитием у детей мелкой моторики и зрительной координации. Формировать практические умения в области познавательных процессов, влияющих на физическое развитие ребёнка.
*Познакомить родителей с здоровьесберегающими технологиями в детском саду, с наукой кинезиологией (развитие умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения).
Предварительная работа:
*Анкетирование родителей и анализ анкет.
*Подготовка демонстрационного и раздаточного материала к совместной деятельности детей и родителей.
*Подготовка памяток для родителей по здоровому образу жизни детей.
Участники:
Дети, родители, воспитатели.
Форма проведения:
Круглый стол.
Повестка дня:
1.Вступительное слово воспитателя. (Богословская Л.И.).
2.Совместная деятельность детей и родителей «Путешествие в город Математики». (Смирнова Т.В.)
3.Практическая часть: тренинг для родителей и детей. (Богословская Л.И.).
4.Принятие решения по собранию; награждение грамотами родителей; разное.

1. Вступительное слово воспитателя:

Здравствуйте уважаемые родители! Как много в этом слове и тепло, и встречи, и рукопожатия, и пожелания здоровья. Тема нашего сегодняшнего собрания: «в здоровой семье - здоровый ребёнок». Забота о здоровье ребёнка в современном обществе занимает приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые. Забота о воспитании здорового ребёнка является приоритетной и нашего детского сада. Здоровый ребёнок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам окружающей среды, устойчивостью к переутомлениям, социально и физически адаптирован. Сейчас мы предлагаем вам принять участие в совместной деятельности с детьми, направленной на развитие умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения.

2. Совместная деятельность детей и родителей «Путешествие в город Математики»

Воспитатель: Смирнова Т. В.

Цель: Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей; знакомство родителей с содержанием оздоровительной работы группы по сохранению и укреплению здоровья дошкольников в условиях детского сада.

Задачи:

-упражнять в счёте в пределах 5;

- закреплять представления о порядковом счете, учить правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными, отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счету?», «На котором месте?».

-упражнять детей в счёте на слух;

-продолжать учить сравнивать предметы по форме, цвету и размеру;

-упражнять в умении называть и различать геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник)

-учить детей ориентироваться на плоскости;

-закреплять умение сравнивать 4-5 предметов по высоте, раскладывать их в убывающей и возрастающей последовательности, обозначать результаты сравнения словами: самый высокий, ниже, самый низкий, выше.

-развивать мелкую моторику, зрительную координацию;

-воспитывать у детей умение слушать своих товарищей, не перебивать;

Демонстрационный материал: мольберт, магнитная доска, мяч, бубен. Пять картинок с шариками разного цвета.

Раздаточный материал: карточки с домиками на каждого ребёнка, елочки разной высоты (по 4 шт. на каждого), домики разной высоты (по 5 шт. на каждого).

Методические приёмы: дидактическая игра, показ, вопросы, художественное слово, физкультминутки.

	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Деятельность родителей, комментарии воспитателя
вводная часть	Цель: Мотивировать на предстоящую деятельность.		
	-Дети, сегодня к нам в гости пришли наши мамы. - Повернитесь к своим мамам, возьмите их за руки. Подарите им свои улыбки, а они подарят вам свои.	Дети входят в группу и встают в круг, к своим мамам, протягивают руки. Дети улыбаются.	Мамы стоят в кругу.
Мотивация детей на предстоящую деятельность	-Ребята, сейчас у двери я обнаружила шкатулку, но не знаю, что в ней. А вы хотите узнать? (достаёт геометрические фигуры). Что это, как вы думаете? Ребята, на геометрических	Утвердительные ответы. Это геометрические фигуры.	Мотивация направлена на выполнение заданий.

	фигурах написаны задания и чтобы выполнить их, сегодня мы с вами совершим путешествие в «город Математики». - Кто догадался, почему он так называется?	В нём все любят считать.	
Основная часть	Цель: создание условий для совместной деятельности со взрослыми.		
Включение детей в деятельность	***1. Игра «Сколько?»*** - В городе, в честь нашего приезда устроен праздник. На площади развешаны разноцветные воздушные шары. На мольберте (5 воздушных шариков разного цвета). - Посчитайте по порядку воздушные шары. - Сколько всего воздушных шаров вы видите? (5) - Одинаковые ли шары? - Скажите, чем отличаются шары? - Что у шаров одинаковое? Какого цвета первый, третий, пятый шарик? - Который по счёту стоит красный шар? Жёлтый? Синий? И т. д. - Вдруг подул ветер, и один воздушный шар улетел. - Которого по счёту шара нет? (Педагог убирает по одному воздушному шарику, и дети называют, которого по счёту шара нет). *Дети садятся за стол с*	Дети стоят у мольберта. Дети считают: первый, второй. Дети: Шары отличаются цветом. Дети: У шаров одинаковая форма и размер. Ответы детей.	Мамы садятся за столы. В ходе игры вы можете убедиться в том, как сформированы представления о порядковом счете, умеет ли ваш ребёнок правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными, отвечать на вопросы «Сколько?», «Который по счету?», «На котором месте?». Для такой игры не требуется подготовки заранее, в домашних условиях и даже в пути можно легко подобрать 4-5 предметов. С ними игра проводится аналогично.

	мамами. ***2.Пальчиковая гимнастика «Кулак-ребро-ладонь».*** -Вы умницы и хорошо справляетесь с заданиями. Чтобы приступить к следующему заданию, я вам предлагаю поиграть. Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом-левой, затем -двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды (кулак - ребро-ладонь) ***3. Игра «Посадим ёлочки в ряд»*** - Жители города Математики любят порядок во всём. Посмотрите, у вас на столе лежат ёлочки. -Одинаковые ли ёлочки по высоте? Что можно сказать о высоте ёлочек? -Помогите расставить ёлочки в ряд, начиная с самой низкой и заканчивая самой высокой; - Ещё у нас есть домики. Что можете сказать о домиках, одинаковые ли они по высоте? Домики мы расставим, начиная с самого высокого и заканчивая самым низким. ***4.Физкультминутка*** - Молодцы! С вами просто радостно сегодня работать и вы заслужили маленькую передышку – физкультурную	Дети выполняют вместе с мамами. Дети раскладывают ёлочки в порядке возрастания. Дети расставляют домики в порядке убывания.	-Развитие мелкой моторики оказывает благоприятное влияние на развитие речи, развитие зрительно-пространственной координации, активизации познавательной и речемыслительной деятельности. -Чтобы ребёнок научился правильно расставлять предметы в порядке возрастания, нужно каждый раз из оставшихся выбирать самый низкий и наоборот, в порядке убывания - самый низкий. Для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей необходим особый двигательный режим,

	минутку Дети становятся в круг. Выполнение движений с речевым сопровождением: Сколько раз ударит бубен, Столько раз мы хлопать будем. Сколько точек будет в круге, Столько раз поднимем руки. Наклонились столько раз, Сколько бабочек у нас. Приседаем столько раз, Сколько листиков у нас. Сколько покажу кружков, Столько выполним прыжков. ***5. Работа с геометрическими фигурами*** - В «городе Математики» жители очень любят создавать картины из мозаики. Мозаики у них это геометрические фигуры. Посмотрите, какой красивый теремок выложен из геометрических фигур! -Из каких геометрических фигур окошки? -А что вы можете сказать про квадрат?	Дети выполняют столько движений, сколько предметов изображено на карточке. *Дети*: из квадрата, круга, прямоугольника. *Дети обследуют фигуры пальцем:* У него 4 стороны и 4 угла и все они одинаковые.	отличающийся разнообразием форм физического воспитания. Одной из таких форм являются физкультминутки математического содержания, они способствуют снятию утомляемости глаз, преодолению усталости. Дети не просто называют геометрические фигуры, но и учатся выделять особые признаки фигур на вид, на ощупь (наличие или отсутствие углов, устойчивость, подвижность и др.).

	-А, что вы можете сказать про прямоугольник? -Сколько этажей в теремке? Считаем снизу вверх. -Дети, а крыша какой геометрической формы? - Какой формы труба дома? - Какой формы солнце? -Молодцы ребята. **6. Дыхательная гимнастика «Свеча»** *Исходное положение – сидя за столом.* -Вечером солнца уже нет. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.	У прямоугольника 4 угла и 4 стороны 2 коротких и 2 длинных. Всего 3. Первый, второй, третий. Крыша треугольной формы и у неё 3 угла. Труба прямоугольной формы. Солнце круглой формы. Дети и мамы задувают воображаемые свечи.	Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, укрепляет защитные силы организма, улучшает пищеварение. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

Заключительная часть	- Ребята, вот и окончилось наше путешествие. Надеюсь, оно вам понравилось? Скажите, какое задание для вас было самым интересным? А что нового сегодня узнали? Какая игра порадовала вас? Попрощаемся с жителями города, скажем «До свидания!»	Ответы детей.	В конце занятия мы узнали мнение детей, какая игра им больше всего понравилась.

Заключительное слово:

Растить детей здоровыми, сильными - задача каждого дошкольного учреждения, сегодня в совместной деятельности по математике мы показали, какие упражнения можно выполнять с детьми, чередуя виды деятельности так, чтобы дети не переутомлялись. Непременное условие успешной работы по здоровьесбережению детей – наше с вами активное взаимодействие. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей. Не случайно сегодня взяли занятие по математике, на нём умственная нагрузка чередуется с двигательной. Так же были взяты задания, вызывающие затруднения у детей. Решая с детьми эти задания, вы узнали как и чему мы учим детей на математике в этом году.

3.Практическая часть:
тренинг для родителей и детей

Воспитатель Богословская Лариса Ивановна

Сейчас вы посмотрели, чему научились дети за год, и наверное поняли, что даже познавательные занятия связаны с физическим развитием. Вот и сегодня мы поговорим о здоровье наших детей. Что мы взрослые можем сделать, для того чтобы приобщить детей к здоровому образу жизни? Проанализировав анкеты, которые вы, уважаемые родители заполняли, мы пришли к выводу, что некоторые из вас плохо представляют, как необходимо приобщать ребёнка к здоровому образу жизни. Немного о том, как в детском саду поставлена работа по оздоровлению детей. В здоровьесберегающие технологии входят: медико-профилактические мероприятия, полноценное питание, сон, закаливающие процедуры, музыкотерапия, точечный массаж, артикуляционная гимнастика, утренняя гимнастика, совместная физкультурная деятельность педагога с детьми, прогулка с включением подвижных игр, пальчиковая гимнастика, зрительная и дыхательная гимнастика, физкультурные минутки во время проведения занятий, эмоциональные разрядки, релаксация, ходьба босиком по массажным дорожкам, спортивные досуги и развлечения, гимнастика после сна и музыкальные занятия. Вся информация по здоровьесбережению и режиму дня находится в раздевалке на стендах и папках-передвижках.

Сегодня я расскажу вам о кинезиологии-это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения. Это наука о развитии головного мозга через движения. Она существует 200 лет и используется во всем мире. Ей еще пользовались Гиппократ и Аристотель. Основная цель кинезиологии -

развитие межполушарного воздействия, способствующей активации мыслительной деятельности. Это синхронизация работы полушарий, развитие мелкой моторики, развитие способностей, памяти, внимания, речи и мышления. Гимнастика мозга -ключ к развитию способностей ребёнка. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем интенсивнее нагрузка, тем значительные эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые возможности ребенка и расширить границы возможностей его мозга.

Виды упражнений: -

Растяжки -нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

–Дыхательные упражнения -улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и производительность.

–Глазодвигательные упражнения -позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

–При выполнении телесных движений - развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Оказывается, человеку для закрепления мысли необходимо движение.

–Упражнения для релаксации -способствуют расслаблению, снятию напряжения. Для результативности упражнений необходимо выполнять ежедневно от простого к сложному, проводить утром в доброжелательной обстановке. Упражнения проводятся стоя или сидя за столом по специально разработанным комплексам, длительность которых составляет две недели. Упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения.

Практическая часть: тренинг для родителей и детей.

-Давайте разучим несколько кинезиологических упражнений.

1. «ухо-нос»

Левой рукой беремся за кончик носа, правой -за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук с точностью наоборот.

2. «колечко»

Поочерёдно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и так далее (выполняется в прямом и обратном порядке -от указательного к мизинцу, от мизинца к указательному). В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

3. «кулак-ребро-ладонь»

Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой, затем левой рукой, затем двумя руками одновременно.

Растяжки

4. «дерево»

Исходное положение -сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы семечко, которое постепенно прорастает, превращаясь в дерево. Медленно поднимаемся на ноги, затем распрямляем туловище, вытягиваем руки вверх. Напрягаем тело и вытягиваемся. Подул ветер -вы раскачиваетесь, как дерево.

Упражнения дыхательные

5. «свеча»
Исходное положение -сидя за столом. Представьте, что перед вами большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек -сделайте глубокий вдох и задуйте свечи маленькими порциями выдоха.
6. «ныряльщик»
Исходное положение -стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть-открыть нос и сделать выдох.

Упражнения телесные

7. «колено-локоть»
Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки коснуться колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить 8-10 раз.
8. «паровозик»
Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

Упражнения на релаксацию

8. «путешествие на облаке»
Сядьте поудобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните. Я приглашаю вас в путешествие на облаке. Вы прыгнули на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых и мягких подушек. Почувствуйте, как ваше тело удобно расположилось на этой огромной подушке. Облако медленно поднимается в синее небо и ветерок обдувает ваши лица. Здесь, высоко в небе, всё спокойно и тихо. Облако несёт вас в то место, где вы будете счастливы. Постарайтесь увидеть это место. Сейчас вам хорошо, тепло и уютно, вы совершенно спокойны и счастливы. Здесь происходят чудеса и волшебство, и вы летите, летите. А теперь вы летите назад, спускаетесь с облака, благодарите его и наблюдаете как оно медленно тает в воздухе, потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Упражнения глазодвигательные

9. «глазки»
Чтобы зоркость не терять, нужно глазками вращать. Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды.
10. «глаз-путешественник»
Стоя, не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет, названный воспитателем.
Уважаемые родители! Спасибо за участие и внимание. Позвольте закончить наше собрание словами Б. Акушина: «Из всех наслаждений, отпущенных человеку, самое изысканное – шевелить мозгами».

4.Решение родительского собрания:

1. Равномерно распределять умственную и физическую нагрузки в домашних условиях в течении дня.
2.Активно использовать кинезиологические упражнения и игры в семейной практике.
3.Систематически интересоваться полученными знаниями детьми по формированию здорового образа жизни и закреплять их дома.
4.Принять участие в оформлении участка детского сада.

Дождик

Дождик, дождик, пуще лей.
(смотрят вверх)
Капай, капель не жалей.
(смотрят вниз)
Только нас не замочи.
(делают круговые движения глазами)
Зря в окошко не стучи.

Самолет

Пролетает самолет.
С ним собрался я в полет.
(смотрят вверх, ведя пальцем
за «пролетающим самолетом»)
Правое крыло отвел - посмотрел.
Левое крыло отвел - посмотрел.
(отводят попеременно руки и
прослеживают взором)
Я мотор завожу
И нимательно гляжу.
(делают вращательное движение перед грудью
и прослеживают взором.)
Поднимаюсь в высь, лечу.
Возвращаться не хочу.
(приподнимаются на носочках, имитация полета.)
Мы летаем далеко.

Тише, тише

Как на горке снег, снег,
(поднять обе руки вверх
и посмотреть на кончики пальцев)
И под горкой - снег, снег,
(опустить руки,
посмотреть на кончики пальцев)
А под снегом спит медведь
(присесть, сложить ладони вместе у щека.)
Тише, тише - не шуметь!
(приложить указательный палец
ко рту «Тсс!».)

Кошка

Вот окошко распахнулось,
(разводят руки в стороны)
Кошка вышла на карниз.
(имитируют мягкую, грациозную походку кошки)
Посмотрела кошка вверх
(смотрят вверх)
Посмотрела кошка вниз
(смотрят вниз)
Вот налево повернулась
(смотрят влево)
Проводила взглядом мух
(взглядом проводят «муху» от левого плеча к правому)
Глаза вправо отвела,
Посмотрела на кота.
(смотрят вправо)
А потом взглянула прямо
(смотрят прямо)
И закрыла их руками
(закрывают глаза руками)

Стрекоза

Вот такая стрекоза - как горошины глаза!
(пальцами делают очки)
Влево-вправо, назад - вперед,
(глазами смотрят влево – вправо)
Ну совсем как вертолет.
(круговые движения глаз)
Мы летаем высоко,
(смотрят вверх)
Мы летаем низко.
(смотрят вниз)
Мы летаем далеко,
(смотрят вперед)
Мы летаем близко
(смотрят вниз)

„Удивимся”

Удивляться чему есть,
В мире всех чудес не счесть.
И.п.- встать прямо, опустить плечи и сделать свободный вдох.
1- медленно поднять плечи, одновременно делать выдох.
2-И.п.
7 раз

„Ветер”

Сильный ветер вдруг подул,
Слезки с наших щечек сдул.
И.п.- основная стойка . Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.
1-сделать полный вдох, выпячивая живот.
2 –задержать дыхание на 3-4 сек.
3-сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.
5 раз

„Задувание свечи"

Нужно глубоко вздохнуть,
Чтобы свечку нам задуть.

И.п.- встать прямо, ноги на ширине плеч.

1-сделать свободный вдох и задержать дыхание.

2- сложить губы трубочкой и сделать 3 глубоких выдоха, сказать «Фу-уу».

4-6 раз