**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-**

 **детский сад № 10 «Огонек»**

**Мастер-класс по работе с родителями «Поговорим о здоровье»**

 **Воспитатель:**

 **Потапенко Е.Н**

 **г. Топки**

27th, 2015

*План проведения.*

1. Вступительное слово.

2. Ведение конкурса.

3. Заключительный этап собрания.

1. Уважаемые родители, здравствуйте!

Кажется на первый взгляд, какое простое и обыкновенное слово. В нем все: и тепло, и встречи, и рукопожатие друзей, и пожелания здоровья.

 **«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».**

Вот и сегодня мы с вами поговорим о здоровье ваших детей.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки; вырабатываются черты характера, без которых не возможен здоровый образ жизни.

Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закалёнными и здоровыми. Есть ли ключи к решению этой задачи? Медицина давно пришла к выводу: нужна профилактика для здоровых людей.

**(Показываю анкеты.)** Перед родительским собранием вы все заполняли анкеты и по результатам анкетирования было выявлено, что многие родители понимают, что надо уделять время для закаливания ребёнка и проведению профилактических мер по предупреждению заболеваний. Почти все отметили о необходимости гулять в любую погоду. У нас есть САНПИН которому мы придерживаемся. А скажите в выходные гуляете ли вы? Как Проводите время? Бываете ли на Тур. Базе на свежем воздухе?

**Итоги анкеты**

В нашей группе мы проводим с детьми следующие закаливающие мероприятия:

* **проветривание в группе и в спальне;**
* **ежедневная утренняя зарядка;**
* **дыхательная гимнастика во всех видах деятельности, физминутки;**
* **физкультурные занятия 2 раза в неделю;**
* **Дневной сон без маек а летнее время;**
* **Умывание лица и рук под краном;**
* **Прогулки;**
* **Босохождение до дневного сна по ровной поверхности, после дневного сна по массажным дорожкам.**

Все активные точки нашего организма находятся на ступне, пройдя по массажным дорожкам и ребристой доске, мы помассируем весь организм.

А сейчас я предлагаю вам поделиться опытом по проведению закаливающих процедур в домашних условиях.

**Кто желает выступить? (Большое спасибо.)**

Вывод ясен: если вы желаете видеть своего ребёнка здоровым, надо ежедневно уделять время для закаливающих процедур.

1. **Сегодня я предлагаю вам принять участие в конкурсе «День здоровья».**

Предлагаю разделиться на две команды, придумать название своей команды, связанное со здоровьем.

Пожалуйста, представьтесь и поприветствуйте друг друга.

(1 команда проходит к этому столу, 2 - к этому.)

Итак, начинаем наш конкурс.

**Вопрос №1**

**Что такое здоровье?**

(Свои ответы предлагаю записать. Даю 2 минуты времени на подготовку.)

Чья команда готова отвечать? (Команды зачитывают варианты, дополняют друг друга.)

**Здоровье - сила и ум, настроение, эмоциональное состояние.**

**Здоровье - красота.**

**Здоровье - счастье.**

**Здоровье - это богатство.**

**Здоровье - это сокровище т.д.**

**Здоровье - главная ценность в жизни человека и только совместно с вами мы можем помочь ребёнку вырасти крепким и здоровым.**

**Вопрос №2:**

**«Что нужно делать, чтобы быть здоровым взрослым и детям?»**

(Команды совещаются, записывают ответы, зачитывают их, дополняют друг друга.)

**1.** **Следить за физическим состоянием.**

**2. Не заниматься самолечением.**

**3. Следить за состоянием зубов.**

**4. Чередовать виды деятельности.**

**5. Спать не менее 7-8 часов в день.**

**6. Заниматься спортом, закалять свой организм.**

**7. Использовать народные средства оздоровления.**

Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым. Ведь как говорили, древние греки:

**«В здоровом теле - здоровый дух».**

Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено русским народом.

**Задание №3.**

Назовите пословицы и поговорки, в которых говорится о здоровье.

**а) Здоровье дороже золота.**

**б) Здоровье ни за какие деньги не купишь.**

**в) Болен лечись, а здоров - берегись.**

**г) Кто не болеет, тот здоровья цены не знает и др.**

(Команды называют по очереди.)

Очень приятно, что вы много назвали пословиц о здоровье.

Во время занятий мы проводим с детьми физминутки, для того чтобы научить детей чередовать умственное напряжение с физической работой и поэтому в следующем конкурсе командам предлагаем провести **динамическую паузу.**

1. физкульт минутка (команды выполняют по очереди).

2. психогимнастика.

Травма, несчастный случай – страшные слова, страшные последствия порою непредвиденных случаев. Однако они есть и не говорить о них мы не можем.

Дети стараются подражать родителям и старшим детям. Они включают утюг, забивают гвозди. Многие дети любят играть мелкими предметами, засовывают их в нос, ухо, оставленные на виду таблетки, дети берут, принимая их за конфеты и многое другое. Родителям следует постоянно контролировать действия ребёнка, объяснять, что и где опасно.

Мы предлагаем вам памятки. «Как предупредить несчастный случай» (раздать памятки)

Всё ли в ваших семьях сделано для того, чтобы уберечь ребёнка от травм. Какие дополнения, советы будут у вас?

Как это ни горько, но травмы иногда случаются и поэтому важно уметь оказать первую помощь при несчастном случае.

**Задание №4**

**Давайте с помощью нашего цветка «Ромашка» узнаем, умеете ли вы оказывать первую помощь?**

(Команды отрывают лепестки по очереди и отвечают.)

**Вопросы:**

**1. Если ребёнок порезался, что делать?**

**2. Как остановить носовое кровотечение?**

**3. Если у ребёнка обморок, что делать?**

**4. Ребёнок отравился, как поступить?**

**5. У ребёнка солнечный, тепловой удар- что делать?**

**6. Инородное тело попало в нос, ухо. Что делать?**

Много тревог и волнений вызывает болезнь ребёнка. есть таблетки и лекарства, которые назначает врачи есть народные средства лечения.

**Какие из средств помогают вылечить ребёнка от кашля, насморка?**

Поэтому мы предлагаем сделать «Копилку полезных советов», где вы сможете поделиться опытом лечения детей народными средствами. Итак, ваши рецепты в копилку полезных советов. Кто желает обменяться опытом? (Команды отвечают.)

Связь голоса со здоровьем была отмечена ещё в древности.

В ту минуту, когда мы смеёмся, из зоны смеха поступают нервные импульсы. Эти сигналы заставляют мозг вырабатывать вещества удовольствия.

Минута смеха продлевает жизнь и очень полезна для наших детей, поэтому стремитесь к тому, чтобы ваши дети улыбались, смеялись.

Давайте продолжим нашу жизнь, выполнив следующие задания.

**Задание №5**

«Анекдоты» (Каждая команда рассказывает смешной анекдот или случай из жизни семьи, ребёнка, детское высказывание.)

1. Вот и подошёл к концу наш конкурс «День здоровья». А сейчас я хочу предложить вам игру «Возьмёмся за руки».

(Все стоят в кругу.) Каждый желает соседу справа чего – либо

и берёт его за руку. (Действие происходит до тех пор, пока круг не замкнётся.)

Наша ниточка не прервалась и я надеюсь, что мы всегда будем вместе бороться за здоровье наших детей, будем крепко дружить, поддерживать друг друга в трудную минуту. Ведь добрые дела и дружба-это тоже здоровье. Вам необходимо для сохранения здоровья детей использовать здоровьесберегающие технологии в домашних условиях.

Уважаемые родители! Помните, что здоровье ребёнка в ваших руках!

**Решение родительского собрания:**

1. Пусть в каждой семье господствует культ здоровья.

2. Проводить закаливающие мероприятия, как в детском саду, так и дома.

3. Организовать сбор рецептов в «Копилку полезных советов», обмениваться опытом лечения детей народными средствами.

4. Принять к сведению меры по профилактике травматизма