

« Реализация здоровьесбережения в ДОО и семье в соответствии с ФГОС».

Цель – объединить усилия семьи ДОО в укреплении физического и психологического здоровья детей.

Задачи:

- установить доверительные и партнерские отношения между ДОО и семьями воспитанников;
- привлечь родителей к дальнейшему сотрудничеству по физкультурно – оздоровительной работе в ДОО и семье.

Ход конференции

Быть здоровыми хотят

Взрослые и дети

Как здоровье сохранить?

Кто сможет нам ответить?

1. Открытие конференции выступление подготовительной к школе группе (упражнения в построении и перестроении под музыку).



1. Выступление руководителя СП д\с «Колосок »

2. Выступление заместителя руководителя по охране жизни и здоровья детей (

Зинковская

3. Выступление методиста

4. Инструктор по физической культуре (Сахнова Ю.А)



А. Выполнение упражнения по профилактике осанки;

Б. Блицтурнир для родителей «Вопрос - ответ». Что мы знаем о здоровье ребенка?

В. Игра « движение жизнь»;

Г. Заключительное слово.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Ж. Ж. Руссо говорил: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделай его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегают, пусть он находится в постоянном движении».

В этом мы сегодня убедимся проведя практикум(В здоровом теле здоровый дух и попробуем с помощью **здоровьесберегающих** технологий поднять настроение).С него начинается каждый день. Здравствуйте! Это слово мы слышим с рождения. Здравствуйте, на первый взгляд, это самое обыкновенное слово. Но в нём всё: и свет улыбки, и радость встречи, и пожелания **здоровья**. Говоря: «*Здравствуйте*», мы желаем человеку быть крепким, сильным, **здоровым**.

Особое место среди технологий здоровьесбережения занимает сохранение правильной осанки детей. Ведь умение держать спинку ровно помогает дошкольнику не только эстетично выглядеть, но и оказывает благотворное влияние на состояние здоровья.

« Мы играем, осанку сохраняем».

Дети встают у стены, стараясь плотнее прижаться к ней всем телом, фиксируют правильное положение. Затем отходят от стены, перестраиваясь в круг, сохраняя ровную спину.

**Мы шагаем по дорожке,
Поднимаем выше ножки.
Спинки прямо, грудь вперёд.**

Замечательно идем!

Дети идут по кругу друг за другом, активно работая руками.

**На носочках мы пойдём,
Руки шире разведём.**

Дети идут на носочках, сохраняя осанку, балансируя руками.

**А теперь на пятках
Мы пойдём, ребятки!**

Ходьба на пятках, руки за головой.

**Гномы топают ногами,
Машут сильно все руками.**

**То сердитые идут,
То хохочут и поют.**

Дети шагают, сильно топая ногами, размахивая руками вперёд-назад, сначала сильно сгорбившись, затем прогнув спину и откинув голову.

**Куколка шагает,
Головой качает,**

Дети идут, имитируя движения куклы, поворачивая голову вправо-влево.

**Балерина прибежала,
Грациозно танцевала.
«Сюи ви, деми пли,
Спинку ты равней держи»**

Дети подражают движениям классического танца: бегут выворотной на носочках, не сгибая коленей, выполняют «пружинку», «ласточку».

**Вот шагают петушки,
Золотые гребешки**

Высокий шаг, руки согнуты в локтях, пальцы рук на плечах, дети активно поднимают и опускают руки.

**А потом ребятки —
Жёлтые цыплятки.**

«Гусиный шаг», руки на коленях.

**Цапли серые идут,
Засыпая на ходу.**

Дети идут, держа руки за спиной, стараясь делать шаги как можно шире. Затем по сигналу «засыпают» — стоят на одной ноге, пытаясь сохранять равновесие.

**Мы уточки, мы уточки,
Мы топая по улочке.
Идём себе вразвалочку
И крикаем считалочку.**

Дети идут вразвалочку, прижав руки к телу, подняв ладошки.

**Раз, Два, три, четыре. Пять
Будем весело шагать!
Раз, два, три, четыре, пять,
нам играть пора опять.**



(Дети встают в круг, один из ребят рассказывает стихотворение про спорт.)

Будь здоров!

Быть здоровым стильно, модно!

Ясно даже малышу!

Выбирает он свободно:

Теннис, плаванье, ушу.

С братом он в футбол играет,

С мамой ходит в фитнес – зал

Спорт нас всех объединяет

Он нам всем здоровье дал!

Если спортом заниматься,

Жизнь активную вести,

Ставить цели не бояться,

То успешным будешь ты!

- А сейчас я с родителями хочу поиграть в игру «**Вопрос - ответ**», я буду задавать Вам вопрос, а Вы будете на него отвечать.

БЛИЦТУРНИР:

Вопросы:

- **Как предупредить кариес зубов?** (Чистить зубы 2 раза в день - утром и вечером, после еды полоскать рот).

-**Какую одежду лучше использовать с учётом гигиенических и оздоровительных свойств?** (Детская одежда должна быть гигроскопична, то есть, сшита из хорошо впитывающей и испаряющей влагу ткани, такими являются хлопчатобумажные ткани, Шерстяные ткани из - за большой пористости немного теплее льняных, из них можно сшить праздничную одежду, в которой ребёнок может находиться непродолжительное время. Главное - одевать детей по сезону, не перегревать.

- **Какие существуют меры по профилактике близорукости?**

(Постоянно следить за осанкой, во время просмотра телевизора, у детей не должно быть длинных чёлочек, принимать витамины).

- Вредно ли излучение, исходящее из телевизора?

(Телевизор - источник излучения. Дети должны находиться от телевизора на расстоянии не меньше трёх метров. Не рекомендуется смотреть телепередачи, сидя на полу, так как излучение направленно вниз, а при неисправном телевизоре может вызвать серьёзное повреждение глаз).

- Что необходимо для сохранения слуха ребёнка?

(Содержать уши в чистоте, беречь их от холода. Не допускать проникновения воды, посторонних предметов.

Игра «Жизнь в движении».

В конце хотелось бы сказать:

- Пусть в каждой семье господствует дух здоровья.

- Пусть основное время на прогулках дети проводят в движении:

подвижными играми детей - оздоровим, себя - омолодим.

Затраты времени на упражнения разных видов гимнастики измеряются минутами, а польза от подобного рода деятельности для здоровья ребенка неоценима.

ПРИЛОЖЕНИЕ




Игра «Жизнь в движении».

Цель: снять мышечное напряжение, создание благоприятной психологической атмосферы для дальнейшего сотрудничества.

Инструкция: Игра проводится сидя на местах.

Ведущий показывает карточки по музыку.

Сидящие в зале совершают движение согласно карточкам

Ладонка – хлопаем;	Ножка – шагаем на месте;	Стрелка вправо – сказать: «Ах!»;
		
Стрелка влево – сказать: «Ох!»	Волна – сделать волну рукой;	Молния со стрелкой – движение рукой со словами «О йес!».(Если вам понравилась эта игра)
