

Родительское собрание в подготовительной группе № 13 «Солнышки».

Тема: Валеологическое воспитание дошкольников.

Цель: Расширение единого образовательного пространства между семьей и детским садом.

Задачи: Повысить педагогическое мастерство родителей по разделу «Валеологическое воспитание дошкольников». Формировать у родителей ответственность за здоровье детей, мотивировать на здоровый образ жизни.

Предварительная работа: Видеозапись с ответами детей, родителей на вопрос «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?». Создание презентации.

Ход мероприятия:

На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных. Перед нами, взрослыми (родителями и педагогами) стоит очень важная задача – воспитать человека XXI века – человека здорового физически, нравственно и духовно, человека всесторонне и гармонично развитого.

В последние годы одной из ведущих стала идея валеологизации образования, согласно которой здоровье детей рассматривается как приоритетная ценность, цель, необходимое условие и результат успешного педагогического процесса.

Валеология – это наука о здоровье, о путях его обеспечения, формирования и сохранения. Как научная дисциплина – это совокупность знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Главная цель валеологического образования – помочь ребенку вырасти крепким и здоровым, дать ему понять, что здоровье – главная ценность жизни человека.

Как Вы думаете, что такое здоровье? (*Вопросы для родителей*)

Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: **«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».**

Как Вы считаете, что нужно делать, чтобы быть здоровым? (Обсуждение вопроса в группе Viber. (родителям дома написать))

Предлагаю послушать, как дети ответили на вопрос «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?» (Просмотр видеозаписи с ответами детей.)

В последнее время как часть общей культуры человека выделяется валеологическая культура. **Формирование у детей валеологической культуры включает:**

- Валеологические знания.
- Интерес к оздоровлению собственного организма и сознательную установку на ведение здорового образа жизни.
- Развитие навыков и формирование привычек ведения здорового образа жизни.
- Ответственность за свое здоровье и здоровье окружающих.

Здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Валеологизация педагогического процесса в детском саду строится таким образом, чтобы создать педагогический процесс на единых требованиях к охране здоровья, физическому и общему развитию ребенка.

Принципы валеологического образования дошкольников:

1. **Системный подход** – то есть воспитание осуществляется в связи с нравственным, эстетическим, психофизическим формированием уровня развития ребенка. Невозможно сохранить тело здоровым, если не совершенствовать эмоционально-волевую сферу, не работать с душой и нравственностью.
2. **Деятельностный подход.** Валеологическая культура осваивается детьми в процессе совместной деятельности со взрослыми. Успешное решение задач валеологического воспитания возможно только при объединении усилий всех специалистов детского сада и родителей.
3. **Принцип «Не навреди»** предусматривает использование в валеологической работе только безопасных приемов оздоровления.

4. **Принцип гуманизма.** В валеологическом воспитании признается самоценность личности ребенка. Нравственными ориентирами воспитания являются общечеловеческие ценности.
5. **Принцип альтруизма** предусматривает потребность делиться освоенными ценностями валеологической культуры: «Научился сам – научи друга».
6. **Принцип меры.** Для здоровья хорошо то, что в меру.

Овладение детьми валеологическими знаниями и условиями происходит через самые разнообразные формы работы. Это беседы, игры, наблюдения, чтение книг, рассматривание таблиц, картин, элементарные опыты, экспериментирование, экскурсии, целевые прогулки, спортивные праздники и развлечения. Мероприятия валеологической направленности органично вплетаются во все режимные моменты (кормление, умывание, сон и другое) и деятельность детей.

В образовательной деятельности по валеологии дети знакомятся:

- С элементарными знаниями о внешних органах человека.
- С основами первой помощи при травмах.
- С основами безопасности поведения.
- Приобретаются навыки ухода за органами.
- Приобретаются навыки сохранения и укрепления осанки, профилактики плоскостопия.

В оздоровительную работу включаются следующие моменты:

1. Обучение детей таким средствам и методам оздоровления, как самомассаж лица, ладоней, ушной раковины, стопы; различные виды гимнастик: утренняя, после сна, дыхательная, пальчиковая, артикуляционная, для глаз; закаливающие процедуры: воздушные и солнечные ванны, обширное умывание, босохождение; упражнения на расслабление мышечного напряжения (релаксация).
2. Формирование навыков саморегуляции поведения (коммуникативные игры, игры на развитие эмоциональной сферы).
3. Включение в образовательную деятельность валеологических песен, релаксационных музыкальных фрагментов, оздоровительных игр, просмотров мультфильмов, развивающих программ валеологической направленности («Азбука безопасности», «Правила хорошего тона»).

4. Реализуются валеологические проекты «Познай себя», «Я и мое тело».
5. Проведение оценки и контроля уровня соматического здоровья детей.
6. Пропаганда здорового образа жизни среди педагогов и родителей посредством консультаций, рекомендаций, выпуска газет, спортивных мероприятий.

Вокруг детей с самого раннего детства необходимо создавать такую воспитательно-образовательную среду, которая была бы насыщена атрибутами, символикой, терминологией, знаниями и обычаями валеологического характера. Это приведет к формированию потребности вести здоровый образ жизни, к сознательной охране своего здоровья и здоровья окружающих людей, к овладению необходимыми для этого практическими навыками и умениями.

Таким образом, с ранних лет формируется определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки валеологического характера, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Решение родительского собрания:

1. Внедрять здоровый образ жизни в каждую семью.
2. Систематически интересоваться полученными знаниями детьми по формированию здорового образа жизни и закреплять их дома.

Литература: С. В. Чиркова «Родительские собрания в детском саду»