[**Родительское собрание «Здоровье ребёнка в наших руках!»**](http://doshkolnik.ru/roditelskie-sobrania/5525-roditelskoe-vobranie-zdorove-rebyonka-v-nashih-rukah.html)

Цель: Создать условия для знакомства родителей друг с другом. Познакомить родителей воспитанников с процессом адаптации детей и с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольника.

Задачи:

* Познакомить родителей с тем как протекает процесс адаптации у детей в детском саду.
* Познакомить родителей с факторами влияющих на здоровье детей.
* Формировать у родителей ответственность за здоровье своего ребёнка.
* Мотивировать на здоровый образ жизни ребёнка.

Повестка дня: (Назначить секретаря для записи протокола родительского собрания)

* Сообщение темы, цели и задачи родительского собрания
* Доклад «Об адаптации»
* Выступление медицинского работника (Посещаемость и заболеваемость детей за период адаптации)
* Доклад «Условия и формы работы с детьми в детском саду, направленные на развитие детей и сохранение их жизни и здоровья.
* Создание проблемной ситуации для родителей: «Как Вы считаете, кто такой здоровый человек?»
* Ответы на вопросы родителей
* Итог — упражнение «Аплодисменты»

Воспитатель: Здравствуйте уважаемые родители! Поздравляем вас с первым родительским собранием. Хочу представить Вам наших сегодня гостей. (Заведующая детским садом и медицинский работник) Тема нашего собрания “Здоровье ребёнка в наших руках”.

Поступление малыша в детский сад – это его первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами, взрослыми, должны установиться дружеские, партнерские отношения. Для начала давайте познакомимся.

Знакомство при помощи клубочка!

Воспитатель: Обмотайте вокруг пальчика ниточку, представьтесь и передайте клубочек следующему!

Посмотрите, пожалуйста, каждый из нас соединен ниточкой, не просто ниточкой, а нитью, которая нас будет связывать на протяжении нескольких лет. Наша нить должна быть настолько прочной, насколько это возможно ради здоровья и счастья наших детей! Думаю, вы со мной согласитесь!

Воспитатель: У нас к вам будет одна просьба. У вас будут возникать определённые вопросы, записывайте, пожалуйста, их на листочках и мы постараемся ответить на них в конце нашей встречи. Спасибо.

Воспитатель: Адаптация детей и как проходит этот период.

При поступлении в Дошкольное Образовательное Учреждение все дети проходят через адаптационный период. Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях:

* физиологическом – ребёнок начинает часто болеть;
* психологическом – ребёнок может капризничать, плохо есть и спать, он может быть агрессивным или подавленным, много плакать;

3) социальном – ребёнок «теряется» в окружающем мире, становится менее самостоятельным.

Для всех семей острый период адаптации индивидуален. Он может иметь разную длительность:

* лёгкая – около месяца требуется ребёнку, чтобы приспособиться к новым условиям;
* средняя – ребёнок приспосабливается за два месяца;
* тяжёлая – ребёнок приспосабливается за три месяца;
* очень тяжёлая – около полугода и более.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:

возраст,

состояние здоровья,

умение играть,

умение общаться с взрослыми и сверстниками,

одинаковый режим в детском саду и дома.

Причины тяжёлой адаптации к условиям ДОУ:

неумение себя обслужить,

отсутствие опыта общения с взрослыми и сверстниками,

неумение занять себя игрушками,

наличие вредных привычек,

различный режим ДОУ и семьи.

Вот несколько советов.

- И дома и в саду говорите с малышом уверенно. Спокойно.

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, которым ему легче расстаться.

- Обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда.

- У вас должен свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

Скорее всего, ваш ребёнок прекрасно справится с изменениями в жизни. Задача родителей в это период – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

После преодоления трудностей поведение ребёнка нормализуется, он вернёт себе утерянные в острый период достижения и начнёт демонстрировать новые знания и умения.

Воспитатель: На сегодняшний день в группу прибывает 13 детей, из них прошли

лёгкую адаптацию -

и среднюю адаптацию -

Воспитатель: Выступление медицинского работника (Посещаемость и заболеваемость детей за период адаптации)

Воспитатель: Хотелось бы мне так же сказать об одной из главных проблем семьи и дошкольного учреждения – это о здоровье детей.

Здоровый ребёнок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован.

Позвольте прочитать стихотворение: В.Крестов «Тепличное создание»

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.

Здоровый, крепкий и развитый ребёнок.

Как добиться этого?!

Воспитатель: Существует много факторов, влияющих на здоровье ребёнка, это:

Развитие здравоохранения -10%

Экология — 20%

Наследственность — 20%

Образ жизни — 50%

- «Здоровый образ жизни?», ваше понимание?

(Ответы родителей.)

Воспитатель:

- Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

(Ответы родителей.)

Воспитатель: Условия, которые способствуют повышению защитных сил организма ребенка, его работоспособности. И важным здесь является правильно организованный режим дня, который оптимально сочетает период бодрствования и сна детей в течение суток, удовлетворяет их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности и др. Прогулка является одним из существенных компонентов режима. Пребывание на свежем воздухе способствует повышению сопротивляемости организма и закаляет его. После активной прогулки у ребенка всегда нормализуется аппетит и сон. Прогулка должна проводиться в любую погоду, за исключением особо неблагоприятных условий. При этом одежда и обувь должны соответствовать погоде и всем гигиеническим требованиям. Дети должны гулять не менее 2 раз в день по 2 часа.

Не менее важной составляющей частью режима является сон. Недостаточная продолжительность сна вредно отражается на нервной системе ребенка. Главное нужно приучать ребенка ложиться и вставать в одно и то же время.

Таким образом, домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.

Немаловажное значение имеет режим питания, то есть соблюдение определенных интервалов между приемами пищи. Пища должна быть разнообразной.

Воспитатель: Итак, что же делаем мы в детском саду для того чтобы сохранить жизнь и здоровье ваших детей:

Работа по здоровьесбережению воспитанников первой младшей группы:

-Утренняя гимнастика

-Гигиенические процедуры (перед завтраком, обедом, после обеда и по мере

необходимости)

-Комплекс закаливающих процедур (умывание лица и рук до локтей после дневного

сна)

-Подвижные игры

-Физические упражнения

-Физическая культура

-Проветривание помещений группы, туалета, спальни в отсутствии детей

- Соблюдение режима дня:

Прогулки на свежем воздухе

Дневной сон

Комплексное питание

-Ситуативные беседы при проведении режимных моментов

-Консультации с родителями

-Комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха и воды

-Создание эмоционального благополучного климата в группе

* Пользование индивидуальными предметами (носовым платком, полотенцем, горшком

расчёской)

-Физические упражнения с использованием массажных дорожек

-Индивидуальный уход в период адаптации

-Смазывание оксалиновой мазью носовые ходы при приёме детей

-Контроль стула и температуры

-Кварцивание помещений

-Проводятся медицинские мероприятия (обеспечение безопасной жизнедеятельности детей, профилактические прививки).

- Своевременная изоляция больного (хотелось бы, чтобы родители не принимали в штыки рекомендации медицинских работников посетить врача, были бдительны и старались изолировать больного ребёнка до его выздоровления ведь от этого зависит здоровье других детей)

Воспитатель: Упражнение «Аплодисменты»

И в завершении я предлагаю — посмотрите на свои ладони и представьте на одной УЛЫБКУ на другой РАДОСТЬ.