**ПРОТОКОЛ №2**

**заседания детско-родительского клуба**

**«Наши малыши-крепыши»**

**Тема: Растим малышей здоровыми.**

**Дата заседания:** 18 декабря 2020 года

**Присутствовали:** заведующий МБДОУ ДСКВ № 47 «Успех» – О.В. Звонарева, зам. зав. по ВМР – Л.И. Майстер, метод отделом С.П. Голошивец, воспитатели: Г. З. Закирянова, М. В. Штейнбрехер

**Представление:** материал для родителей представлен на официальном сайте МБДОУ ДС №47 «Успех».

**Повестка заседания:**

1. Видео представление «Двигательная активность как фактор оздоровления дошкольников».

***Ответственный****: воспитатель группы №6 детей ясельного возраста 2-3 лет, М. В. Штейнбрехер.*

2. Видео представление «Использование здоровьесберегающих технологий в режимных моментах в ДОО и семье».

***Ответственный:*** *воспитатель группы №15 детей ясельного возраста 2-3 лет, Г.З. Закирянова.*

**Ход заседания**

В связи с эпидемиологической ситуацией в городе Нижневартовск (Постановление главного санитарного врача от 30.06.2020 №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)») массовые мероприятия в образовательных организациях запрещены. В связи с этим, принято решение проведение детско-родительского клуба «»в форме семинара и консультаций в видео, фото формате.

По первому вопросу представлено видео «Двигательная активность как фактор оздоровления дошкольников» *(автор М. В. Штейнбрехер).*

Среди многообразных **факторов**, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, является **двигательная активность** – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего **развития** и воспитания ребенка.

Особенно большое количество движений требуется растущему организму. Неподвижность для маленьких детей утомительна, она приводит к замедлению роста, задержке умственного **развития** и снижению сопротивляемости инфекционным заболеваниям. В огромном количестве движений ребенка проявляется естественное стремление к физическому и психическому совершенствованию. Разнообразная мышечная деятельность благотворно сказывается на физиологических функциях всего организма, помогает приспосабливаться к различным условиям внешней среды.

Задачами **развития двигательной активности у ребенка дошкольного возраста является**:

• воспитание потребности в здоровом образе жизни;

• формирование жизненно-необходимых **двигательных** умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями и состоянием здоровья ребенка;

• формирование моральных качеств *(выносливости, силы воли)*;

• **развитие** интереса к физическим упражнениям и подвижным играм;

• создание условий для реализации потребности детей в **двигательной активности**;

• **профилактика** простудных заболеваний;

• **профилактическая работа**, направленная на предупреждение отклонений в физическом **развитии**;

• выявление интересов, склонностей и способностей детей в **двигательной** деятельности и реализации их через систему спортивно-оздоровительной работы.

Формы организации физкультурно-оздоровительной работы:

• физкультурные занятия;

• подвижные игры;

• утренняя гимнастика (классическая, оздоровительный бег, подвижные игры, музыкально-ритмическая гимнастика);

• **двигательно-оздоровительные физкультминутки**;

• закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями;

• прогулки;

• дни здоровья;

• физкультурные досуги, праздники; **развлечения**

• самостоятельная **двигательная активность**;

• работа с родителями.

К организованным формам **двигательной активности** в режиме ДОО относятся:

– образовательная деятельность, по физическому **развитию**. Это основная форма обучения **двигательным навыкам и развития двигательной активности детей**.

Дети, регулярно занимающиеся физкультурой, имеют преимущества перед малоподвижными: они лучше выглядят, здоровее психически, менее подвержены стрессу и напряжению, лучше спят, у них меньше проблем со здоровьем.

На физкультурных занятиях дети выполняют физические упражнения позволяющие **развивать**, мышцы плечевого пояса, спины, живота, ног, координационные способности. Совершенствуют умения и навыки, **развивают** психо-физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, силу, выносливость и способствуют **активизации** всех основных физиологических функций организма. Наряду с чем усиливается деятельность сердечно – сосудистой и дыхательной систем, повышается обмен вещества.

**-** физкультурно-оздоровительные мероприятия. К ним относятся общеизвестные виды **двигательной деятельности**: утренняя гимнастика; подвижные игры и физические упражнения во время прогулок; физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой.

Необходимо формирование **активной деятельности**, интереса и потребности в физическом самосовершенствовании, получении удовольствий от игр, упражнений, танцев. Надо сделать так, чтобы ребенок хотел быть здоровым, ловким, сильным, смелым. Любил играть в подвижные игры, больше бывать на природе, проявлять волевые усилия, преодолевать трудности физического и психологического характера.

Вопросы воспитания здорового ребенка должны решаться в тесном контакте с семьей. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи.

- самостоятельная **двигательная деятельность**, возникающая по инициативе детей. Самостоятельная деятельность является важным источником **активности и саморазвития ребенка**.

Очень важен и **активный отдых**:

- неделя здоровья;

- физкультурный досуг;

- физкультурно-спортивные праздники на воздухе;

- подвижные игры;

- упражнения с элементами спортивных игр;

- соревнования.

То есть, предполагаемые виды **двигательной деятельности**, дополняют друг друга и обеспечивают необходимую **двигательную активность** каждого ребенка в течении всего времени пребывания его в **дошкольном учреждении**.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов **двигательного режима детей**. Она направлена на оздоровление, **укрепление**, повышение функционального уровня систем организма, **развития** физических качеств и способностей детей, закрепление **двигательных навыков**.

Утреннюю гимнастику тематического характера отличают интересное содержание, игры, музыкальное сопровождение, радостная атмосфера, положительные детские эмоции и красивая образная речь взрослого. Все это способствует **активизации двигательной деятельности детей**.

У младших **дошкольников великолепно развито воображение**, они могут с удовольствием летать, как *«воробушки»*, взмахивать руками, как *«бабочки крылышками»*, и т. д. В этот момент у него **активно** включаются механизмы симпатии, формируя ценнейшие личностные качества: как сопереживание, соучастие, сопричастность к игровым событиям.

В подвижных играх для детей младшего **дошкольного** возраста преобладают сюжетные игры: они уточняют представления детей об окружающем их мире, содействуют **активности** наглядно-действенного и наглядно-образного мышления, воздействуют на возникновение и **развитие воображения**.

Реально-условная ситуация сюжетных игр помогает ребенку своеобразно воспроизвести знакомый ему жизненный образ. Дети испытывают радость от самих движений, подражания птицам и животным: летает, как птичка; прыгает, как зайчик, бегает, как лошадка. Поэтому во время игры слышится смех, веселые восклицания, и в основе игрового процесса заключается уже простейшая исполнительская **активность ребенка**.

Творческая инициатива проявляется у детей уже в младшем **дошкольном возрасте**: в начальной форме у двухлетних и в более **развитой у детей трех лет**. Однако в подвижной игре малыши находят, прежде всего, отражение не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные. Для **развития** творческой деятельности малышей важную роль играют искусство, руководство его педагогом. Расширяет **двигательный опыт детей**, воздействуя на воображения, воспитатель стимулирует и направляет творческую деятельность детей, он привлекает к творческим пояскам (от кого еще может улететь воробушек – от кошки, собаки, мальчика и т. д.).

Творческая направленность игровой деятельности детей во всех возрастных группах, особенно в младших, определяется продуманной эмоционально-образной методикой руководства воспитателя. Задача его состоит в том, чтобы постепенно формировать у детей положительно-эмоциональное отношение к игровым образам, отражающим окружающую жизнь, чувство сопереживания и действенного творческого соучастия в данной игровой ситуации.

Второй вопрос раскрыла воспитатель *М.М. Бурина* в презентации с фотоматериалом для родителей «Использование здоровьесберегающих технологий в режимных моментах в ДОО и семье».

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны.

Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Одной из основных задач на протяжении последних лет, является воспитание здорового ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также разработка и внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, формирование у ребёнка потребности в здоровом образе жизни.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении я уделила большое внимание для создания здоровьесберегающего пространства.

В дошкольной организации оборудован физкультурный зал для занятий с разнообразным спортивным инвентарём. В каждой возрастной группе оборудован физкультурный уголок, для развития физических качеств, формированию двигательных умений и навыков детей. На территории дошкольной организации имеется спортивная площадка с «полосами препятствий», баскетбольные стойки, гимнастические стенки, беговая дорожка, мишени для попадания в цель. По формированию двигательных умений и навыков.

В работе с детьми используются здоровьесберегающие технологии, которые помогают создавать благоприятные условия для формирования основ базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и способствуют их гармоничному и всестороннему развитию.

Все составные здоровьесберегающего аспекта органично включены в режимные моменты дня.

Перечислить гимнастики

Ежедневно проводится пальчиковая гимнастика. Пальчиковая гимнастика интенсивно воздействует на кончики пальцев стимулирует, прилив крови к рукам, развивает мелкую моторику, речь. Повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Среди основных видов гимнастик, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, особого внимания заслуживает дыхательная гимнастика.

Дыхание — один из важнейших физиологических процессов. От дыхания во многом зависят здоровье человека, его физическая и умственная деятельность, работоспособность и выносливость. Согласно статистическим данным, уровень распространенности заболеваний органов дыхания у детей очень высок. Дыхательная система детей несовершенна. Жизненная емкость легких мала, а потребность в кислороде велика. С детьми дыхательную гимнастику необходимо проводить каждый день в хорошо проветренном помещении, в любое удобное время дня, исключая 20—30 минут до еды и сна и 1 час после приема пищи. Гимнастикой можно заниматься с раннего возраста как индивидуально, так и с группой детей. Перед гимнастикой необходимо очистить нос. Продолжительность занятия — от 10 до 20 минут. Это зависит от возраста детей, их индивидуальных возможностей и самочувствия. переход

Целью артикуляционной гимнастики **-** является выработка правильных, полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные – артикуляционные уклады различных фонем.

Артикуляционную гимнастику целесообразно проводить с детьми начиная с трехлетнего возраста. Желательно отводить на артикуляционные упражнения от 3-5 минут ежедневно в младшем дошкольном возрасте до 10-12 минут ежедневно для детей старшего дошкольного возраста. Каждый комплекс должен включать от четырех до восьми упражнений (соответственно возрасту детей), но не должен превышать рекомендованной продолжительности.

Одной из форм работы по профилактике и коррекции зрительного аппарата выступает зрительная гимнастика.

Гимнастика для глаз - это один из приемов оздоровления детей, она относится к здоровьесберегающим технологиям, наряду с дыхательной гимнастикой, самомассажем, динамическими паузами.

Цель гимнастики для глаз: профилактика нарушений зрения дошкольников.

Задачи:

- предупреждение утомления;

- укрепление глазных мышц нарушений зрения, переутомления;

- снятие напряжения;

- общее оздоровление зрительного аппарата.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма.

Условия: Для проведения не требует специальных условий. Любая гимнастика для глаз проводится стоя.

Время:Выполняются 2-4 мин.

Правило:При выполнении упражнений голова неподвижна (если не указано иначе).

Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы.

Прием проведения – наглядный показ действий педагога.

Если гимнастика для глаз используется педагогом в системе здоровьесбережения ежедневно, то рекомендуется на неделю планировать для разучивания и выполнения 1 комплекс в стихотворной форме, совмещая его 1 или 2 раза с комплексами другого вида.

По названию гимнастики для глаз легко подобрать ее по теме НОД.

При планировании рекомендуется учитывать принцип усложнения, отработав вначале простые движения глазами: вправо-влево, вверх-вниз, круговые движения, зажмуривания, моргание, выпячивание глаз, а затем используя их по поду более сложного стихотворного текста в различных сочетаниях. Стихотворный текст также нужно использовать вначале небольшой (до 4 строк), а затем переходить к более сложным и длинным.

переход

Гимнастика пробуждения проводится регулярно, после дневного сна в сочетании с ходьбой по дорожкам здоровья .

Активный отдых - это подвижные игры, спортивные, хороводные игры с правилами. Важный результат игры – радость и эмоциональный подъём. Благодаря этому свойству подвижные игры больше, чем другие средства физической культуры, отвечают задачам активного отдыха и формирования здорового образа жизни.

Организация прогулок в любое время года и любую погоду. В содержание прогулки включаются подвижные игры, спортивные упражнения (катание на санках, велосипедах, занятия общей физической подготовкой).

**Решение заседания:**

1. Принять к сведению информацию, освещенную в рамках заседания Клуба.

2. Продолжать работу клуба с привлечением большего количества родителей.

3. Разместить информацию Клуба на сайте ДОО для родительской общественности. Срок: до .12.2020г. Ответственный: Голошивец С.П. заместитель методическим отделом.

Председатель:

Секретарь: