

Круглый стол с родителями
«Здоровый ребенок улыбающийся»

Цель: Вовлечь родителей в единое образовательное пространство «ребенок-педагог-семья», создавая атмосферу заинтересованности и творчества. Познакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению, сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях.

Задачи: повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения здоровья детей. Дать представление о ценности здоровья. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

Ход мероприятия:

Логопед: здоровье человека – самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье лишь тогда, когда его теряем! В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка. Главная цель детского сада – совместно с семьёй помочь ребенку вырасти крепким и здоровым. Давайте разберем слагаемые здорового образа жизни на примере цветика семицветика.

Первый лепесток – режим дня. Режим дисциплинирует детей, приучает к определенному ритму.

Воспитатель: немало пословиц и поговорок о здоровье сложено русским народом. Предлагаю вам закончить некоторые из них.

Чистота - .. залог здоровья

Здоровье дороже ... золота.

Здоровье в порядке – спасибо ..зарядке.

Если хочешь быть здоров - ..закаляйся

Солнце, воздух и вода – наши лучшие ..друзья.

Логопед: второй лепесток – правильное питание.

Включение в рацион продуктов богатых витаминами, минеральными солями, белком –это и есть основа правильного питания. Пища ребенку нужна для построения новых клеток и тканей. Предлагаю вам назвать наиболее полезные продукты для детского питания.

Воспитатель: третий лепесток – физические упражнения. Они улучшают работоспособность, стимулируют обмен веществ, правильно организованное физическое воспитание способствует умственному развитию детей. Давайте и мы проведем веселую минутку отдыха.

Четвертый лепесток – прогулки на свежем воздухе. Это наиболее эффективный вид отдыха. Он способствует повышению сопротивляемости организма и закаливает его. При этом одежда и обувь должны соответствовать погоде и всем гигиеническим требованиям. А какие подвижные игры на свежем воздухе вы знаете и предпочитаете играть с вашими детьми.

Логопед: Пятый лепесток – профилактика заболеваний.

Правильное дыхание один из наиболее эффективных приемов профилактики заболеваний. Логопед проводит с родителями некоторые упражнения на формирование правильного носового дыхания.

Шестой лепесток – эмоциональное здоровье детей. Чаще улыбайтесь, обнимайте, целуйте своих детей, им это необходимо. А теперь попробуй – те угадать настроение ребенка по мимике.

Воспитатель: седьмой лепесток – правильно организованная развивающая среда. Ребенку необходимы: велосипед, скакалка, мяч, санки, которые вы можете приобрести. Но самое главное все таки это пример самих родителей.

Вот мы и собрали все лепестки нашего цветка. Все слагаемые здорового образа жизни. Ведь как говорили древние греки «В здоровом теле - здоровый дух»