**Береги здоровье смолоду**

Родители детей старшей группы «Дружная семейка» были приглашены на родительское собрание по реализации проекта «Береги здоровье смолоду».

Цель данного проекта – воспитание физически развитого, жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни. Педагогами были обговорены ожидаемые результаты проекта, а главное – родители вовлечены в единое пространство «Семья – детский сад». И.А. Боярских, воспитатель по физической культуре предложила родителям сравнительный анализ диагностики физического развития детей.

Интересным для родителей были результаты анкетирования, представленные на слайдах. В процессе решали проблемные вопросы. О том, как важно для детей соблюдать режим дня рассказала Л.Ю. Потупикова. С некоторыми моментами, как вырастить своего ребенка здоровым, физически развитым узнали из выступления медицинской сестры Е.В.Кармацких «Принципы и методы закаливания». Презентация показала отдельные методы закаливающих процедур, способствующих оздоровлению организма, укреплению иммунитета и вообще, просто хорошего настроения. Также были предложены родителям буклеты – рекомендации «С чего начинать утреннюю гимнастику дома», «Основные методы закаливания».

Одним из выводов результатов анкетирования является нехватка у родителей времени для занятий с детьми в домашних условиях. Поэтому предпочтение отдается просмотру мультфильмов и компьютерным играм. Заведующая ПМПК Л.А. Миткалова провела с участниками собрания мастер – класс, в котором родители поделились секретами сохранения и укрепления своего здоровья.

Второй этап мастер – класса: как мы заботимся о здоровье своих детей. Подвижные игры просто необходимы детям дошкольного возраста: развивают координацию, благотворно влияют на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно – сосудистую систему, способствуют формированию правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Отметили несомненную роль народной игры, не требующей особой подготовки, поэтому их можно проводить на прогулке, дома в кругу семьи. Дети самостоятельно играют с удовольствием. Мы думаем, что у родителей расширились знания о здоровом образе жизни и сформировались представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка.

Тема проекта интересная, многогранная и предполагает продолжение, сотрудничество.

Подготовили воспитатель И.А.Боярских и

старшая медицинская сестра Е.В.Кармацких