**Родительское собрание на тему:**

**«Использование нестандартного оборудования по физической культуре в детском саду и дома»**

**Цель.**Познакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.

**Предварительная работа.**

1. Провести анкетирование родителей на тему "Здоровый образ жизни ”.
2. Приготовить для каждого родителя памятку "Двигательная активность дошкольников”.
3. Оформить выставку литературы по закаливанию, физическому развитию, здоровому питанию детей.
4. Приготовить грамоты для родителей принявших участие в конкурсе «Нестандартное физкультурное оборудование».
5. Оформить выставку атрибутов и пособий по оздоровлению детей в группе.

Организация мероприятия предусматривает демонстрацию слайдов физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.

**Ход мероприятия.**

 Добрый вечер уважаемые родители. Нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение.

 Сегодня быть здоровым - актуально. *«Береги здоровье смолоду»*- этот девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребёнка с первых дней его жизни, ведь главная и великая ценность каждого человека - его здоровье.

 От состояния здоровья детей в настоящее время зависит благополучие общества. Однако в последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, - лишь некоторые факторы, которые агрессивно воздействуют на здоровье дошкольников. Исходя из практических наблюдений, можно отметить снижение интереса детей к организованной двигательной деятельности: их малоподвижность, нежелание принимать участие в подвижных играх и упражнениях.

 Специалисты в области физического воспитания дошкольников утверждают, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых качеств, происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма.

 Растить детей здоровыми, сильными, эмоциональными - задача каждого дошкольного учреждения. Комплекс мер направленный на сохранение и укрепление здоровья дошкольника получил в настоящее время общее название *«здоровьесберегающие технологии»*. При использовании в работе *«здоровье сберегающих технологий»* перед собой мы ставим такие**задачи:**

- воспитание потребности в здоровом образе жизни *(алгоритм - от удовольствия к привычке, от привычки к потребности)* .

- развитие физических качеств и обеспечение хорошего уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка.

- создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни.

- поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом.

 Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

 Важное значение в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованна предметно-пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно-развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной. Поэтому в нашем детском саду мы используем физкультурное нестандартное оборудование, изготовленное своими руками, ведь

новое спортивное  оборудование  - это всегда дополнительный

стимул активации  физкультурно - оздоровительной работы.

 В наше время в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении *(за столами, у телевизора и т. д.)*. Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

 В нашей группе создан физкультурный уголок, где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности. Это и фабричное спортивное оборудование, и нестандартное, в изготовлении которого вы уважаемые родители принимали непосредственное участие, за что вам большое спасибо.

 Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки, для профилактики плоскостопия, массажеры, бильбоке, гантели, разноцветные флажки, ленты, косички, султанчики и многое другое.

 Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Оно объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску. Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции.

 Представляю вашему вниманию презентацию, на которой детки используют изготовленное оборудование.

 И конечно хотелось наградить почетными грамотами родителей принявших участие в конкурсе «Нестандартное физкультурное оборудование.

И в завершении нашей встречи хочу предложить вампамятки «Организация двигательной деятельности детей».

**Памятка для родителей по организации двигательной**

**деятельности детей.**

1. Регулярные ежедневные прогулки, независимо от погодных условий.
2. Организация доступных походов пешком или на лыжах, катание на санках с высоких горок,   выход на каток, спортивные игры.
3. Воспитывайте привычку  самостоятельно выполнять утреннюю гимнастику дома.
4. Проверьте, достаточно ли дома спортивного инвентаря,  как он применяется.
5. Чередование в течение дня различных видов деятельности,  игр и занятий физическими упражнениями предупреждает переутомление центральной нервной системы, воспитывает организованность.
6. Доступные походы пешком или на лыжах, катание на санках с высоких горок, выход на каток.
7. После дневного сна -  гимнастика для профилактики нарушения осанки, плоскостопия, упражнения на дыхание  (профилактика заболеваний верхних дыхательных систем) и закаливающие процедуры для повышения устойчивости организма к постоянно изменяющимся условиям среды.
8. Во время прогулки  проводить  с ребенком  подвижные игры и упражнения спортивного характера.  Необходима постепенная смена движений руками на движения ногами и туловищем. Основные движения следует выполнять ежедневно по 2 – 3 вида, лучше это делать  на   детской или школьной спортивной площадке, оборудованной лесенками, лавочками, бревнами и т.д. Дома хорошо организовать спортивный уголок в комнате.
9. Соблюдайте  режим дня. Очень важно приучать ребёнка просыпаться и засыпать, кушать, играть, трудиться  в одно и то же время.  Своевременное засыпание – не позднее 21.00-22.00, минимальная длительность сна – 8-10 часов.
10. Необходимо регламентировать просмотр телепередач по времени  ( не более 40 минут – 1 часа)  и по содержанию ( вечером следует избегать возбуждающей тематики).
11. Дыхательная гимнастика.
12. Гимнастика для глаз.
13. Простые приёмы массажа рук, ступней, ушных раковин, лица и других биологических активных точек тела.
14. Спортивные секции.
15. Водные процедуры.  Обливание после сна или  вечером перед сном  тёплой водой,  контрастный душ, ванны для рук и ног,  обтирание мокрым полотенцем.  Предварительно проконсультируйтесь с врачом – педиатром.
16. Тёплый, доброжелательный психологический климат в семье.
17. Занятие танцами.
18. Питание по режиму.
19. Помните! Детям присуща естественная потребность в движениях.