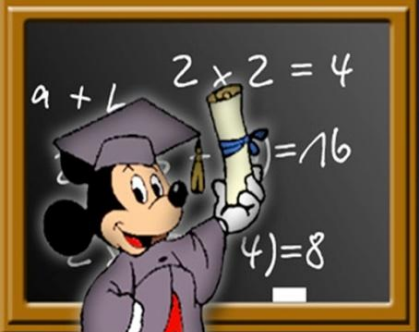


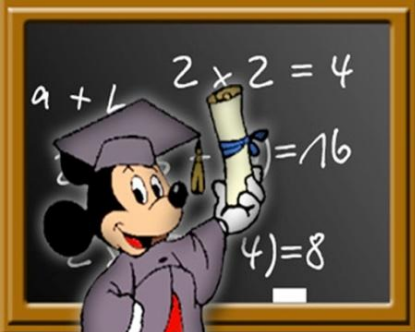
# Родительское собрание

- ❖ Я учитель ФК И.И.
- ❖ Здравствуйте!
- ❖ Говорят, так приветствуя, желали здоровья, так разрешите и мне вам его пожелать!
- ❖ Сегодня я хочу поговорить с вами об основном виде деятельности для детей – игре,
- ❖ О необходимости отцовского воспитания,
- ❖ о результатах медицинского контроля и физических тестов,
- ❖ О необходимости раннего приобщения к слагаемым здорового образа жизни
- ❖ О доработке программы по составлению совместной работы по оздоровлению через различные формы.



ИГРА –  
ЭТО ИГРА ???

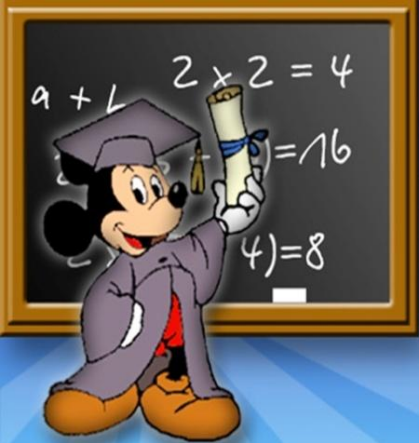




В жизни детского коллектива игра и труд настолько тесно переплетены, что грани порой неразличимы, трудно сказать, когда игра перестаёт быть забавой и становится делом. Присущая детям жажда деятельности часто находит своё выражение в игре, заменяющей необходимый для них труд. «Хорошая игра похожа на хорошую работу, плохая – на плохую» - говорил А.С. Макаренко. Игра требует ловкости, усилий, на преодоление возникающих препятствий в ходе игры. Приучает к согласованным действиям, к точности и своевременности выполнения игровых заданий, ответственности перед командой, за которую играет. В добровольном подчинении правилам игры утверждается и крепнет сознательная дисциплина. В игре воспитываются многие волевые качества – самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка, воля к победе – все то, без чего не мыслимым УСПЕХ.. Игра не только развлечение и забава, заполняющие досуг ребенка, но и средство воспитания высоконравственных и физических качеств. А ведь наличие всех этих условий составляет основу всякого плодотворного труда.

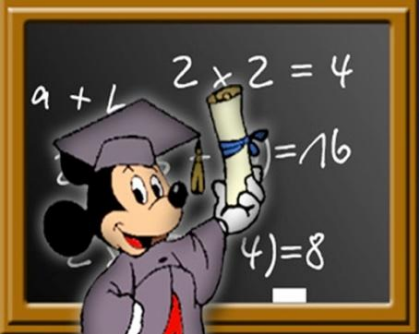






«Делу – время, потехе час», - гласит мудрая народная поговорка. Свойство человеческой природы - ей чуждо ничегонеделанье, приводящей к унылой и утомительной скуке. Здоровый человек нуждается в деятельном отдыхе. Тем более в этом нуждается ребёнок, для которого игра – возможность проявить творческую активность, свои растущие силы. Игра – зеркало жизни ребёнка. В самой незамысловатой игровой схеме мы видим накопленный жизненный опыт. В процессе игры подвергаются проверке, переосмыслению и закреплению многие первичные представления об окружающем мире. Приобретаются полезные трудовые и организаторские способности. Игра подводит к истокам созидательного труда.

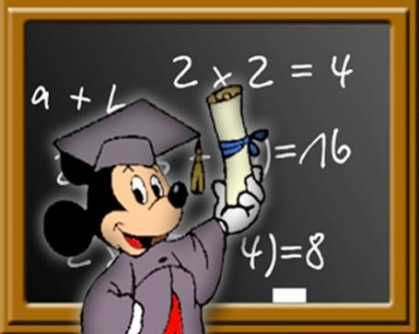




Разносторонняя деятельность школы направлена на то, чтобы воспитывать у детей самостоятельность, личную и общественную инициативу, настойчивость, любознательность, любовь к труду, стремление трудиться на общую пользу. Чем интересней и увлекательней дела, чем больше отвечают потребностям самих детей, тем успешнее будут дети, слаженнее коллектив и взаимопонимание между всеми участниками учебного и творческого процесса. Главное, чтобы родители понимали, что это нужно им и ребёнку, а не только учителям и школе, мы воспитываем общего ребенка..., все зависит от нас. Заглядывая в копилку опыта, видим, что многие дела делаются успешнее, если они облачены в занимательную игровую деятельность. Возможности безграничны, творчество, инициатива, взаимопомощь сделают жизнь наших детей разнообразней и плодотворней.

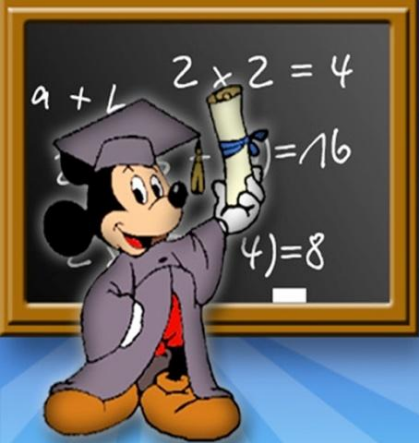






- Игра выступает самостоятельным видом развивающей деятельности детей разных возрастов
- Игра детей есть самая свободная форма их деятельности, в которой осознается, изучается окружающий мир, открывается широкий простор для личного творчества, активности самопознания, самовыражения.
- Игра – первая ступень деятельности ребенка дошкольника, изначальная школа его поведения, нормативная и равноправная деятельность младших школьников, подростков, юношества, меняющих свои цели по мере взросления учащихся.
- Игра есть практика развития. Дети играют, потому что развиваются, и развиваются, потому что играют.
- Игра – главная сфера общения детей ; в ней решаются проблемы межличностных отношений, приобретается опыт взаимоотношений людей
- Именно в игре формируются качества личности, определяют успешность трудовой деятельности в будущем.
- Ребёнок развивается и становится личностью, следовательно развивается и совершенствуется общество в целом.



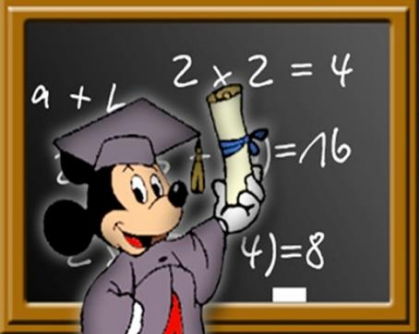


В современном мире мужчина и женщина становятся всё больше похожими друг на друга – внешним обликом, устройством внутреннего мира. Одинаково стремятся к профессиональным достижениям и материальному успеху, практически одинаковы моральные принципы.

Социологи утверждают: женщины, которые видят основной своей задачей заботу о муже и детях отходят в прошлое, как и мужчины, которые были ответственны за материальное обеспечение семьи, а потому стремились к профессиональным достижениям. **УВЕЛИЧИВАЕТСЯ КОЛИЧЕСТВО ОДИНОКИХ ОТЦОВ**, которые сами воспитывают своих детей...



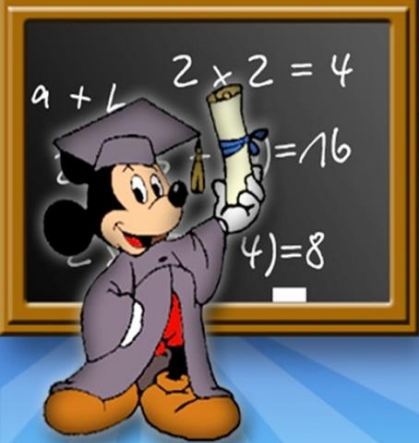




К 3 годам дети осознают свою половую принадлежность, мальчики идентифицируют себя с отцом-мужчиной, девочки с мамой-женщиной. Чем больше вы будете вместе проводить время, тем более реальных примеров и качеств присущих вам будет у ребёнка. Мама лишь может объяснить, каким надо быть, как себя вести, что затрудняет идентификацию. Мама для мальчика-воплощение женского образа, носитель женских черт. Благодаря той функции, которую несёт в себе отец, он помогает малышу составить представление о себе самом и об окружающих. Вы! проводник, который поможет совершить переход от малыша на маминых руках во взрослую жизнь.





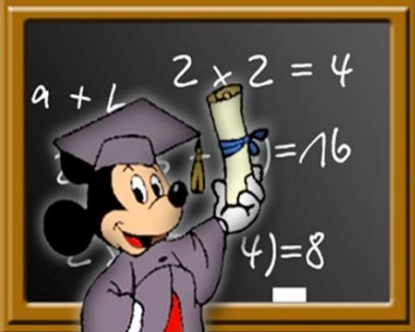


## Как вырастить настоящего мужчину?

Все дети нуждаются в идеальном образе отца, чтобы развиваться и взрослеть. Этот образ могущественного, доброго и прекрасного короля помогает ребенку чувствовать себя в безопасности, справляться с тревогами. Мальчишки знают, что находясь рядом с отцом, подражая ему, постепенно из маленького мальчика превратится во взрослого и сильного мужчину. Дети видят в вас совершенство, и лишь с годами для них проступят ваши реальные недостатки и слабости. Кто тот сказочный герой, который носит малыша на плечах, отвечает на любые вопросы, учит езде на велосипеде, мастерит лук и стрелы. **ПАПА И ТОЛЬКО ПАПА!!!**

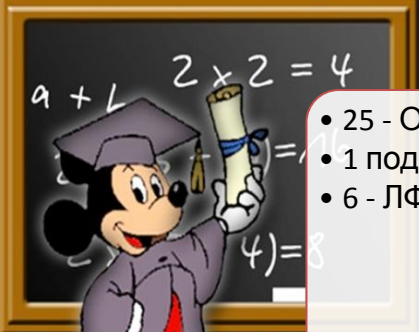
Одно из величайших наслаждений отцовства в приобщении детей к тому, чем увлекаешься сам, особенно сына! Это самый короткий путь к сближению... Для девочек - заступник и утешитель!!!



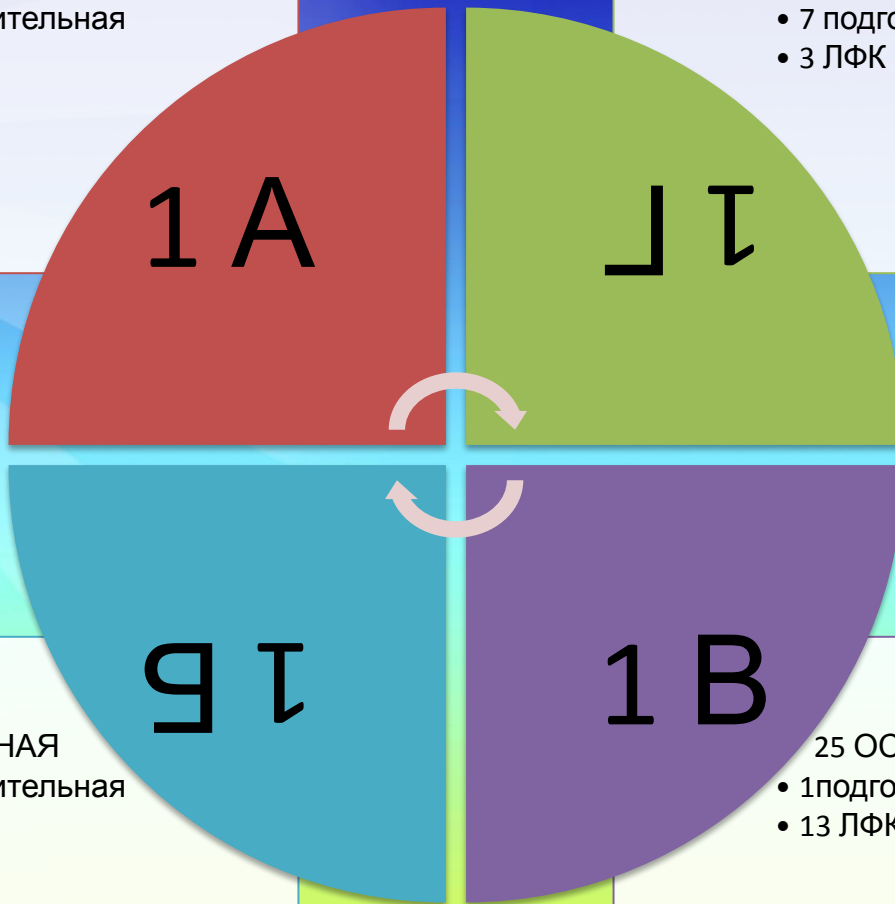


В этом году в 1 КЛАССЫ гимназию  
поступило 104 человека из них 93 человека  
основной группы , 11 человек -  
подготовительной . Но 29 человек  
нуждаются в лечебной физкультуре.  
Проведенные тесты по физической  
подготовке показали следующие  
результаты– 50 человек имеют высокие  
способности!!! (по 5 направлениям) , 33  
человека средние и удовлетворительные, 17  
человек пока видимо маленькие !!!!–  
физически в школу рановато...





- 25 - ОСНОВНАЯ
- 1 подготовительная
- 6 - ЛФК



- 19 основная
- 7 подготовительная
- 3 ЛФК



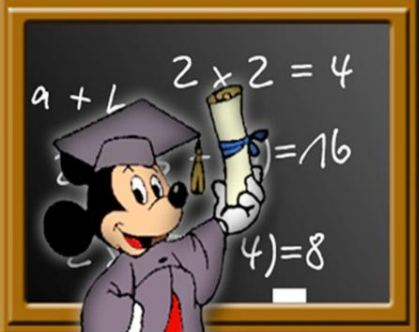
- 24 ОСНОВНАЯ
- 2 подготовительная
- 7 ЛФК

- 25 ОСНОВНАЯ
- 1 подготовительная
- 13 ЛФК

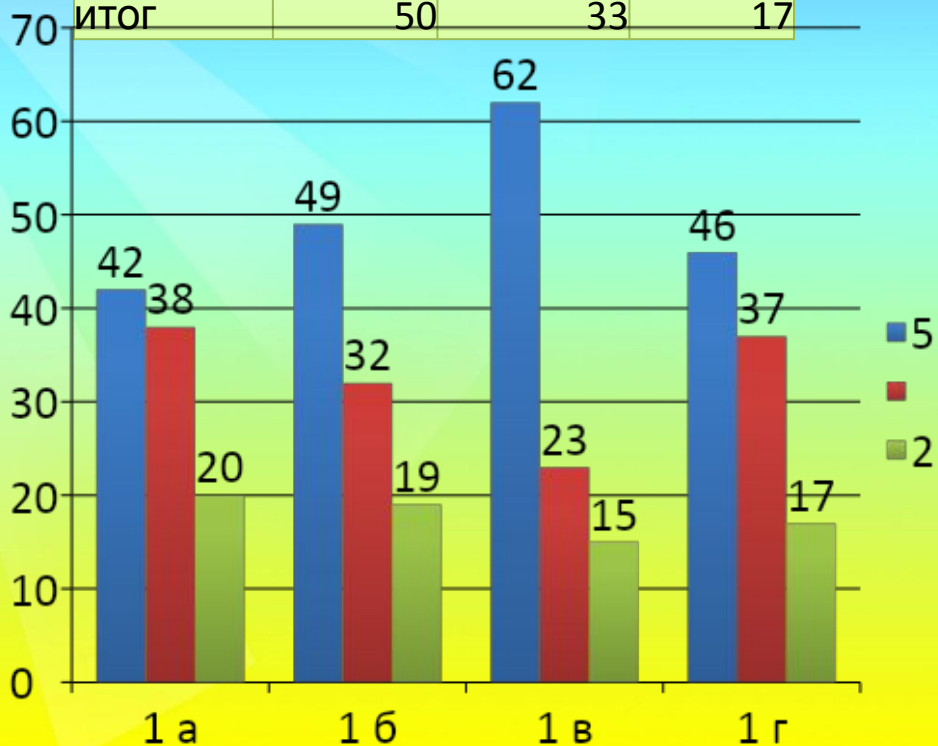




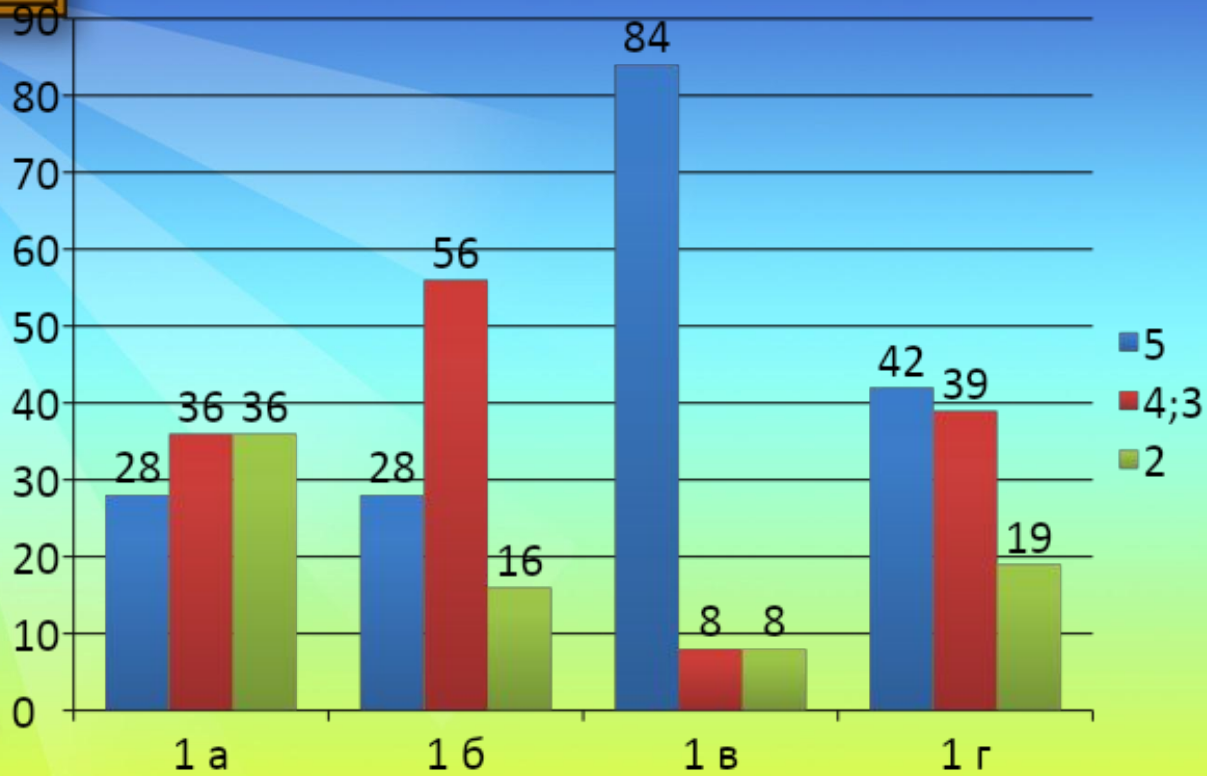
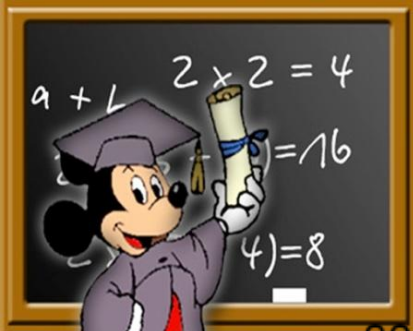
# РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТОВ ПО ФК 1 КЛАССОВ



| Столбец | 1  | 5  | 4;3 | 2 |
|---------|----|----|-----|---|
| 1 а     | 42 | 38 | 20  |   |
| 1 б     | 49 | 32 | 19  |   |
| 1 в     | 62 | 23 | 15  |   |
| 1 г     | 46 | 37 | 17  |   |
| ИТОГ    | 50 | 33 | 17  |   |

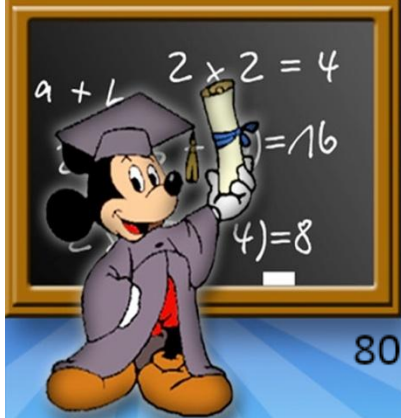
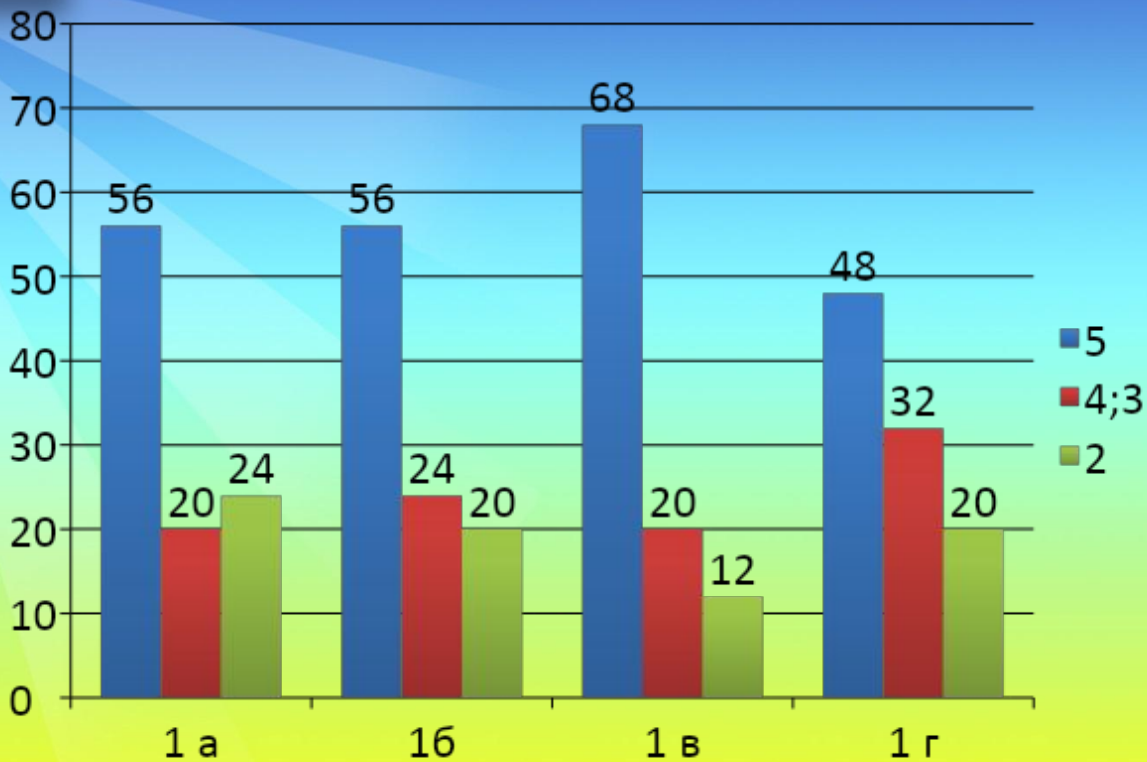


# КООРДИНАЦИЯ - БЕГ 3X10 М

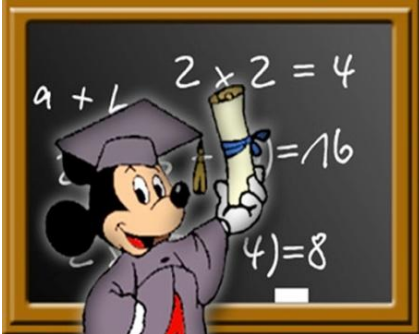


# Скоростно-силовые

прыжки в длину



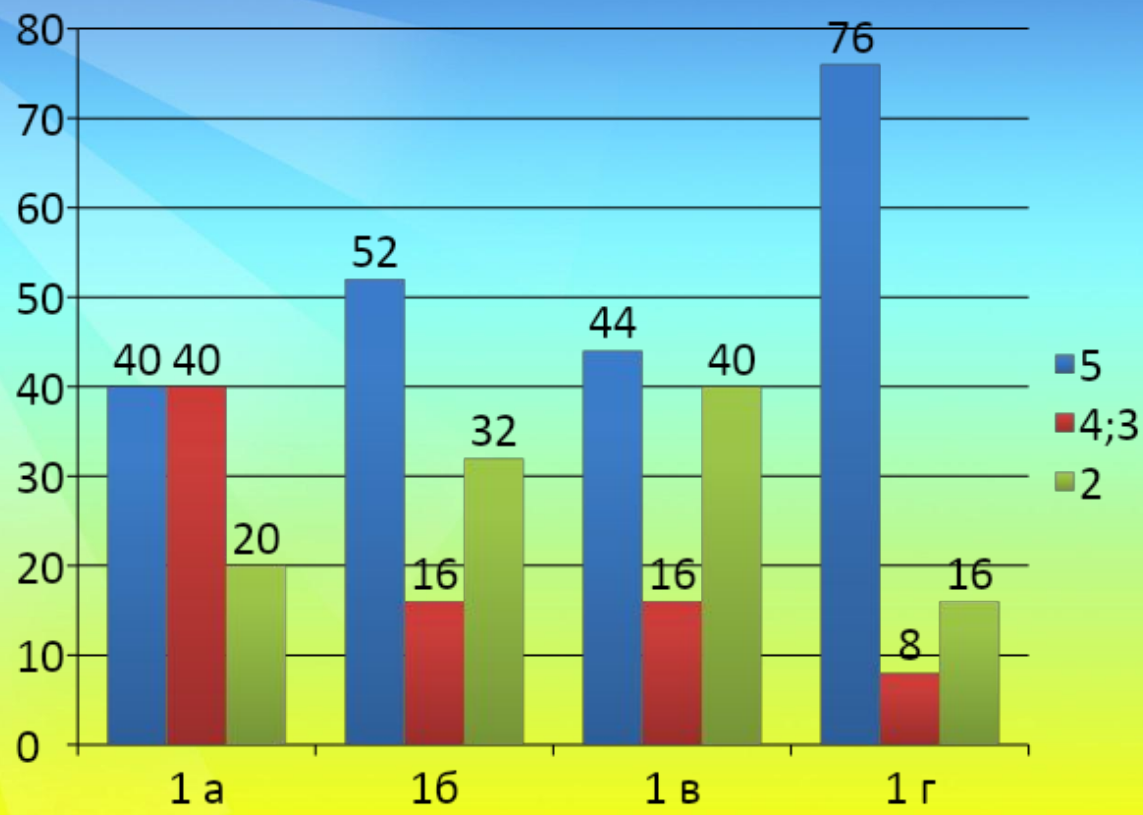




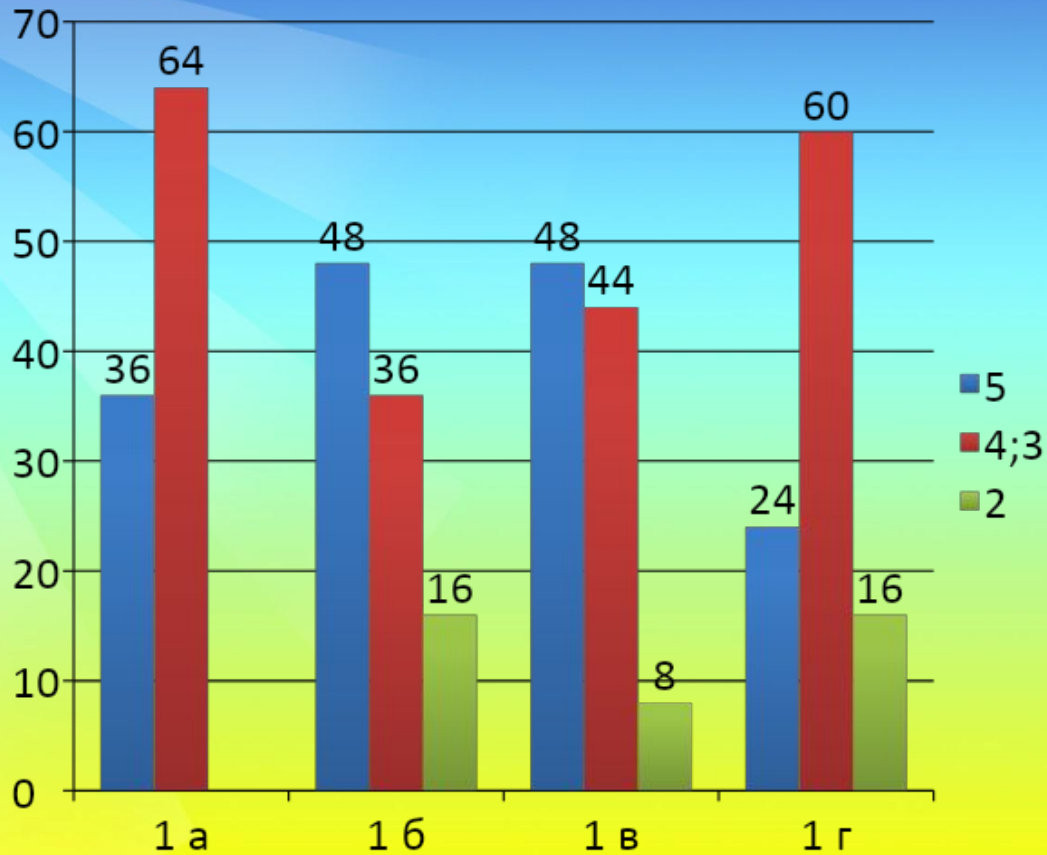
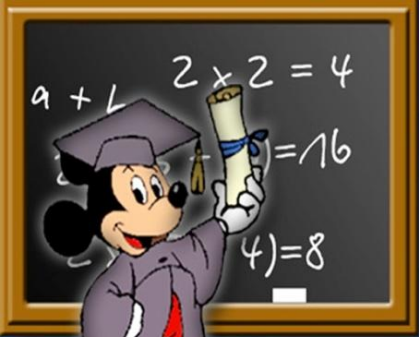
# Гибкость



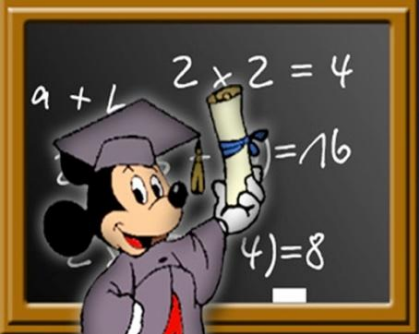
5  
Б



# ВЫНОСЛИВОСТЬ - ПРЕСС



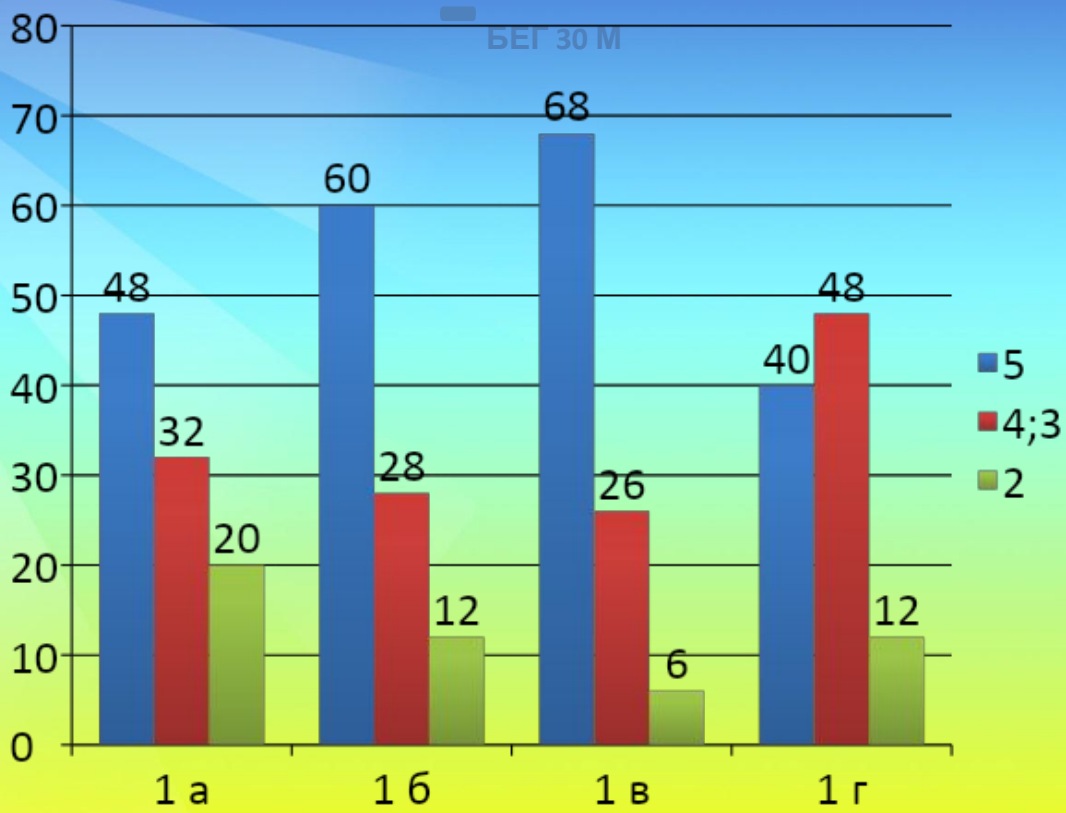




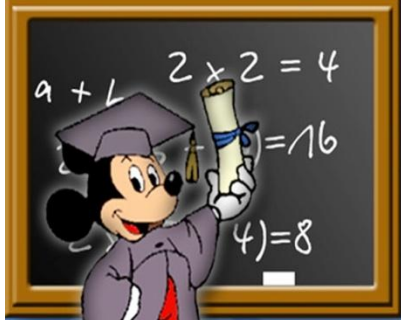
# СКОРОСТЬ



5  
Б

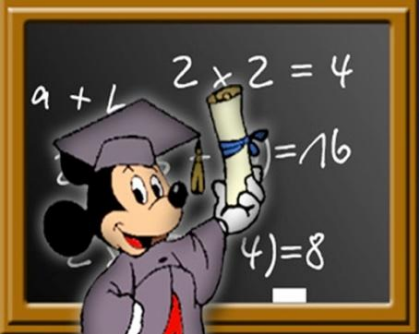






Когда известному советскому хирургу А.Н. Амосову задали вопрос, в чем он видит будущее медицины, он ответил: « В физических упражнениях!». Не для кого не секрет, что даже оздоровительный эффект отдыха при активном двигательном режиме на 30 % выше, чем при пассивном. Здоровье – это великое благо... Недаром народная мудрость гласит: «Здоровье всему голова!» Одним из важных аспектов оздоровительной культуры являются самостоятельные занятия в домашних условиях, в семейной обстановке, направленные на обеспечение активного отдыха, оздоровление, закаливание. Физическая активность, укрепляя защитные силы организма, является средством предупреждения заболеваний, повышения работоспособности и выносливости. Ни одно лекарство не даст возможности нейтрализовать вредные последствия нервных перегрузок и гиподинамии. Мы можем и должны делать всё, чтобы стать здоровее, сильнее и крепче. Семья – это коллектив единомышленников, где соблюдаются правила, от которых зависит здоровье. А главное - это систематичность и регулярность!!! Хотелось бы, чтобы школа стала для вас коллективом единомышленников.

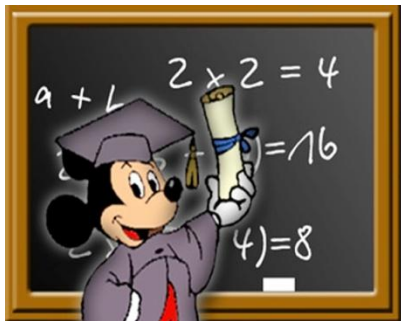




**Чтобы занятия физкультурой в семье приносили максимум пользы, укрепляли здоровье и физически развивали, необходимо строгое выполнение всех его слагаемых.**







# 30 Ж

РЕЖИМ ДНЯ

ГИГИЕНА

РАЦИОНАЛЬНОЕ  
ПИТАНИЕ

ЗАКАЛИВАНИЕ

ЧЕРЕДОВАНИЕ ТРУДА  
И ОТДЫХА

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА  
ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
АКТИВНОСТИ

ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКИМИ  
УПРАЖНЕНИЯМИ И  
СПОРТОМ





# Режим дня

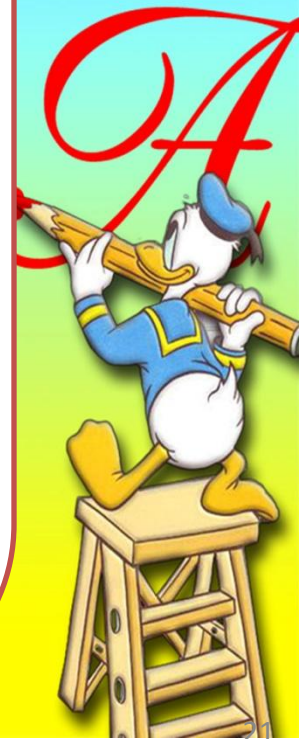
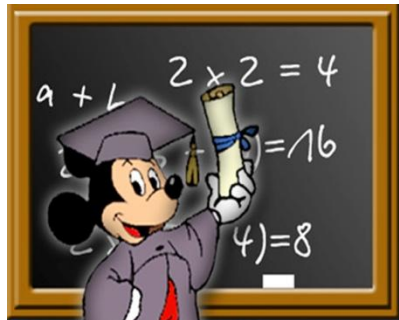
-многим потребуется проявить волю и твердый характер, чтобы соблюдать его. Однако режим придаст жизни четкий ритм, создаст наилучшие условия для работы и отдыха, укрепления здоровья, повышения работоспособности.

Режим дня – правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека : сон, бодрствование, приём пищи, двигательная активность ( в том числе и учебная) .

Утренняя гимнастика – облегчит переход от сна к бодрствованию, ребёнок почувствует прилив сил и энергии.

Сон – жизненная потребность, источник отдыха и восстановления организма, протекать непрерывно до 10 часов. Постоянно не высыпаясь, снижается работоспособность, вы болеете..

Режим питания – принимать пищу в одни и те же часы чтобы не нарушать ритмы жизни человека

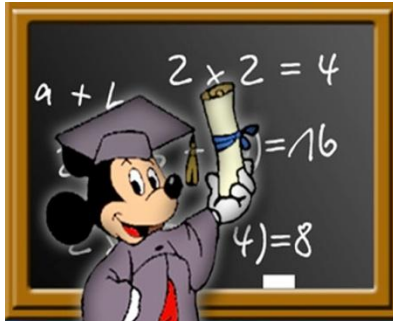




Личная гигиена – научить собственно ребёнка всем необходимым водным процедурам, необходимости ежедневной смены белья (гигиена тела, волос, полости зубов и рта, уход за ногтями, гигиена одежды и обуви – это все родительская сторона помощи ребёнку);

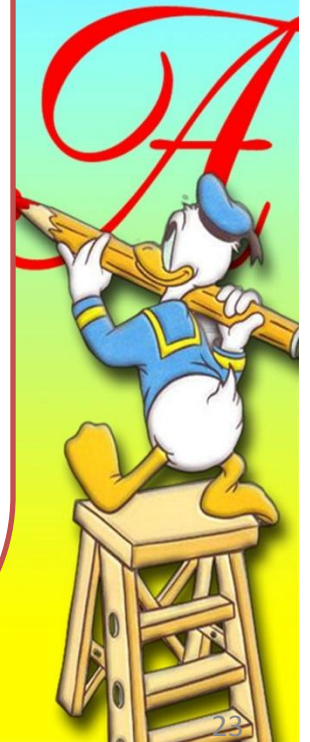
Общественная гигиена – проветрить помещение, соблюдать температурный режим, следить за освещённостью, соблюдать технику безопасности и контроль, чередовать нагрузку и отдых, контролировать самочувствие (все это обязанности учителя и школы).



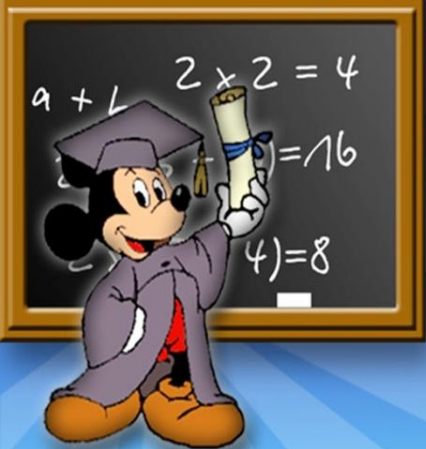


В режим дня включается время на домашнее задание, на помощь родителям по дому, на активный отдых на свежем воздухе и занятия физическими упражнениями .

Одним из обязательных компонентов ЗОЖ – является двигательная активность . Движения – это биологическая потребность человека, ограничения задерживают разностороннее формирование и развитие организма, препятствуют овладению жизненно необходимых двигательных навыков. Оптимальная двигательная активность положительно влияет на работоспособность, внимание, память, усидчивость. Разнообразные формы двигательной активности учащихся 7-10 лет должны составлять не менее 10 тысяч движений. И как в пословице, что посеешь, то и пожнешь... Давай закладывать раньше и хорошее..







Рассматривая только один из компонентов мы понимаем, что это трудно, но согласитесь важно. Сегодня я предлагаю программу, которую мы с вами должны доработать - предложить свои варианты или формы работы, свои услуги в помощи реализации, и попробовать внедрить в жизнь наших малышей. Словами, действиями и личным примером!!!  
Чтобы между нами были такие мостики – опыта, дружбы и понимания!!!

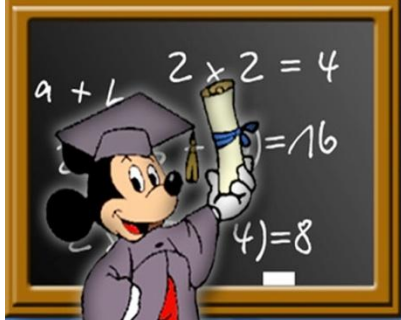


# Составляющие - ЗОЖ



| компоненты                                 | Формы работы школы                                       | Названия  | Формы работы родителей   |
|--|--|---|--|
| Режим дня                                  | Викторина , презентация , спортивные состязания          | «Здоровячок»  | Утренняя зарядка, личная гигиена, завтрак,                                 |
| Гигиена                                    | Викторина , презентация, спортивные состязания           | «МОЙДОДЫР»<br>«Если хочешь быть здоров»,  | Контроль за чисткой за чистотой одежды,                                    |
| Рациональное питание                       | Викторина, презентация, Спортивные состязания            | «Следствие ведут колобки», «Вредные и полезные привычки», «О пользе полезных продуктов» | Полезные советы и здоровая пища  |
| Закаливание                                | Викторина, презентация                                   | Урок ФК - хождение в носках на пятках и носках, на стопе.                               | Обтирания, обливание холодной водой ног, закаливание воздухом              |
| Чередование труда и отдыха                 | Викторина, презентация                                   | Подвижные перемены  | Физкультпауза и минутка во время выполнения Д/З – смена видов деятельности |
| Организация режима двигательной активности | Викторина, презентация, физкультпаузы и физкультминутки, | «Богатырские забавы»,<br>«Солнце, воздух и ...снежок...»                                | Отдых на свежем воздухе после учебных занятий                              |
| Занятия физической культурой               | Викторина , Спортивные состязания и соревнования,        | День здоровья – турслёт,<br>«Веселые старты»,<br>«Мама , папа, я – веселая семья»,      | Занятия в спортивных секциях   |





P.S.

Организовывая, проводя игры и соревнования, состязания, походы выходного дня, поездки на природу –

Мы реализуем несколько задач:

1. сплачиваем коллектив,
2. объединяем семью,
3. находим взаимопонимание и интерес друг к другу (общие дела)
4. прививаем интерес и желание к активному отдыху (личным примером),
5. Приучаем ребенка вести здоровый образ жизни, т.е. быть **ЗДОРОВЫМ!!!**

