**МБОУ Глубокинская казачья СОШ № 1**

**Отчет о проведении мероприятия «Береги здоровье смолоду» для отцов школьного клуба «Папа особого ребенка».**

**10 февраля 2023года состоялось очередное занятие клуба «Папа особого ребенка», посвященное пропаганде здорового образа жизни в семье.**

 **УЧАСТНИКИ: дети с ограниченными возможностями здоровья , дети с инвалидностью ( 8 человек), папы детей ( 8 человек) .**

**Цель данного мероприятия:** содействовать формированию у отцов ответственного отношения к профилактике заболеваний у детей и укрепление их здоровья.

На занятии, после приветствия участники клуба приняли участие в обсуждении понятия «здоровье», его видах. В ходе мероприятия родители узнали, об особенностях физиологического развития детей и причинах заболеваний в разном возрасте , о том, как укреплять здоровье детей, избежать болезней, ведь каждому родителю хочется, чтобы дети не болели, вырастали и входили в большую жизнь, не только знающими и образованными, но и здоровыми и закаленными. Именно поэтому на занятии уделялось внимание вопросам профилактики заболеваний и закаливанию.

 В ходе дискуссии родителям предлагалось ответить на вопросы-

- Проводите ли  вы закаливающие  процедуры?

- Какие виды закаливания  применяете  и считаете  наиболее  полезными?

- Какой вид закаливания  вызывает  у Вас сомнение?

Далее родители познакомились с каждодневными закаливающими процедурами, им был представлен небольшой видеоролик о важности проведении массажа детям в домашних условиях, обтирания махровым полотенцем, о пользе ежедневных прогулок.

Далее родители познакомились с дыхательными упражнениями «Чудо-нос» (эффективных при насморке).

 На занятии с родителями и детьми был проведены физминутки, которые сопровождались стихами, небольшой комплекс утренней гимнастики под музыку «Прогулка в лесу». Были выполнены задания «Выберете слова для характеристики здорового  ребенка» , «Назовите  признаки  здорового и закаленного  человека».

 Родители узнали, какие витамины важны для укрепления здоровья, о содержании витаминов в продуктах питания, какие продукты необходимо включать в рацион питания ребенка.

На занятии прозвучали песни «Закаляйся, если хочешь быть здоров», «Зарядка» ребята прочитали стихи о важности занятий физической культурой.

В заключение мероприятия родители рассказали  какими  методами, закаливающими  процедурами и  профилактическими  мерами по  предупреждению болезней, они  пользуются. Родителям рекомендовано уделять внимание здоровью детей, не забывать о поведении закаливающих и профилактических мероприятий.

Педагог-психолог: Гнездилова М.И.