Родительское собрание в старшей группе детского сада

***«Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни»***

*Цель:*

* Расширить представления родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.
* Формирование у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей, повышение мастерства родителей по использованию  здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.
* Развивать чувство единства, сплоченности.
* Включать родителей в активное участие в жизнедеятельности ДОУ.

*Форма проведения*: деловая игра

*Участники*:

* родители
* воспитатели
* дети старшей группы детского сада

*Предварительная работа*:

* Изготовление пригласительных для родителей
* Изготовление «дерева здоровья» и листочков к нему
* Подготовка атрибутов к заданиям игры
* Изготовление папки-передвижки «Здоровый образ жизни»

*План проведения*:

1. Выступление инструктора по пожарной профилактике г. Алапаевска
2. Организационный момент - вступительное слово
3. Разминка «Давайте все вместе»
4. Задания для команд участников игры («дерево здоровья»)
5. Итог игры
6. Разное (летний проект)
7. Принятие решения собрания

*Ход собрания*

1. *Выступление инструктора по пожарной профилактике г. Алапаевска*

2. *Организационный момент - вступительное слово*

Добрый вечер дорогие друзья и уважаемые гости! Мы очень рады встрече с самыми активными родителями нашей группы. Нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции.

Здоровье человека-это главная ценность в жизни. Его не купишь не за какие деньги!

Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на преодоление жизненных задач, не сможете полностью реализоваться в современном мире, а также не сможете воспитать своих детей здоровыми и жизнерадостными.

Сегодня мы предлагаем вам вспомнить свое детство и поиграть со своими детьми в увлекательную игру "Здоровый образ жизни – залог здоровья".

В игре участвуют две команды, приветствуем участников, приветствуем участников и предлагаем сказать девиз.

Команда "Смелые" и ее девиз "Чтобы день твой был в порядке, начинай его с зарядки. "

Команда "Умелые" и ее девиз "Тот, кто с нами хочет плыть, ловким, смелым должен быть! " Следить за нашим конкурсом будет жюри.

И так начинаем игру.

3. *Разминка «Давайте все вместе»*

Для начала проверим внимание наших участников.

Становимся в круг, ведущий в центр. Ведущий показывает движение, участники должны показать это движение наоборот. Например, я поднимаю руки, а вы…. (опускаете).

4. *Задания для команд участников игры («дерево здоровья»)*

А теперь команды приготовились?.. За правильные ответы в конкурсах вы будете получать по зелёному листочку на свою половину нашего «дерева здоровья». Чья сторона окажется зеленее, та команда и будет считаться победителем.

**Конкурс1: «И доброе слово лечит»**

Чтоб здоровье раздобыть,

Не надо далеко ходить.

Нужно нам самим стараться,

И всё будет получаться.

Командам даются карточки с незаконченными пословицами о здоровье. Задание - закончить пословицы и прочитать.

Чистота-(залог здоровья)

Здоровье дороже -(золота)

Чисто жить- (здоровым быть)

Здоровье в порядке - (спасибо зарядке)

В здоровом теле -(здоровый дух)

Здоровый нищий счастливее -(больного короля)

(Представитель команды зачитывает ответы)

**Конкурс 2: «Витамины вокруг нас»**

Чтобы нам здоровыми быть,

Надо овощи любить.

Свёкла, репка, лук, морковь —

Моя первая любовь.

Задание родителям: необходимо внимательно рассмотреть картинки, на которых нарисованы продукты питания, определить какой они содержат витамин, и разложить по пакетам.

**Конкурс 3: «На прогулку одевайся» (для детей)**

А теперь задание для наших главных участников: на карточке нарисовано время года. Ваша задача – одеть куклу на прогулку. Команда, справившаяся правильно, получает 3 балла.

**Конкурс 4: «На зарядке»**

Задание – каждая команда из предложенного спортивного инвентаря выбирает те предметы и снаряды, которые помогут укрепить мышцы разных частей тела. Каждое придуманное упражнение приносит команде балл.

**Конкурс 5: «Слово за словом»**

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья —

Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать —

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться —

На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

(Ведущий предлагает детям отгадать, а родителям заполнить кроссворд)

Вопросы:

1. Для царапинок Аленки полный есть флакон…
2. Бор машины слышен свист- зубы лечит всем…
3. Хочешь ты побить рекорд? Так поможет тебе…
4. Я под мышкой посижу и что делать укажу: или уложу в кровать, или разрешу гулять.
5. Хоть ранку щиплет он и жжет, лечит отлично рыжий…
6. В овощах и фруктах есть. Детям нужно много есть.
7. Сок таблеток всех полезней, он спасет от всех…
8. Я беру гантели смело - тренирую мышцы…

Какое общее слово получилось у нас?.. (здоровье)

5. *Итог игры*

Ведущий предлагает родителям сформулировать ответы на вопросы:

1. Что такое здоровый образ жизни? (это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья)
2. Что может помочь нам в укреплении и сохранении нашего здоровья? (прогулка, физкультура, массаж и т. д.)
3. Как вы считаете, с какого возраста нужно приобщать детей к здоровому образу жизни?
4. Дайте свое определение понятия "Здоровье". (Здоровье – состояние полной физического психического и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов или болезней)

Как итог нашей игры мы можем сказать, что воспитывать ребенка здоровым - это значит с самого детства научить его вести здоровый образ жизни. И напоминаем основные компоненты здорового образа жизни: на нашем цветке все эти факторы написаны.

6. Разное (летний проект)

7. Принятие решения собрания

Примерное решение родительского собрания:

* Создать необходимые условия для реализации потребности ребенка в двигательной активности в повседневной жизни (срок – постоянно, ответственные – воспитатели, родители).
* Равномерно распределять физическую и умственную нагрузки в течение дня (срок – постоянно, ответственные – воспитатели, родители).
* Систематически интересоваться полученными знаниями детьми по формированию здорового образа жизни и закреплять их дома (срок – постоянно, ответственные – родители).
* Организовать дома режим дня и питание, приближенное к детсадовскому (срок – постоянно, ответственные – родители).
* В выходные дни обязательно организовывать прогулки вместе с детьми.
* Систематически проводить закаливание ребенка в условиях семьи.