Конспект родительского собрания

в подготовительной группе

 **«В здоровом теле-здоровый дух!»**

Провела воспитатель: Мацкевич И.Л

**Задачи:**

1.Продолжать формирование представления родителей о здоровом образе жизни.

2.Развивать способность родителей творчески использовать знания и умения по вопросам ЗОЖ.

3.Повысить уровень знаний родителей по вопросам здоровьесбережения и формирования у них ответственного отношения к здоровью детей и собственному здоровью.

**Участники:**

-- Родители;
--Воспитатель.

**Предварительная работа:**
-анкетирование;
-детские рисунки на тему «ЗОЖ»;
-оформление рекомендаций для родителей по «ЗОЖ»;
-нетрадиционный спортивный инвентарь (выставка).

**Материал:**
- игрушка «кукла»;
- макет цветка «ромашка»;
- мяч;
-открытки и карандаши.

**Ход родительского собрания:**

Здравствуйте, уважаемые родители!

Цель нашей сегодняшней встречи – узнать, что такое здоровый образ жизни и как он влияет на развитие наших детей. Надеемся, что сумеем ответить на все интересующие Вас вопросы, и Вы узнаете много интересного для себя.

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей.

Приветствие друг друга (передается мяч по кругу)

Я хочу раздать вам открытки, чтобы вы написали на них пожелание самому близкому человеку ( на это вам даю 30 секунд)

А сейчас хотелось бы узнать что вы пожелали? Вот видите, все почти пожелали здоровья и сегодня я бы хотела поговорить как укрепить и сохранить здоровье детей?

Ответ волнует как педагогов, так и родителей. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет [интенсивное развитие органов](http://www.birmaga.ru/dostc/%C2%AB%D0%91%D0%B5%D0%B7%2B%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%2B%D0%B4%D1%80%D1%83%D0%B7%D1%8C%D1%8F%2C%2B%D0%BD%D0%B0%D1%88%D0%B8%D0%BC%2B%D0%B3%D0%BB%D0%B0%D0%B7%D0%BA%D0%B0%D0%BC%2B%D0%B6%D0%B8%D1%82%D1%8C%2B%D0%BD%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%B7%D1%8F%C2%BBc/main.html), становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни. Ведь здоровье человека заключается в гармонии духовного, душевного и физического.

Я просила вас ответить на вопросы в нашей анкете, и искренние ответы помогли мне организовать нашу сегодняшнюю встречу.

Мне очень приятно, что многие дети соблюдают режим дня, у многих дома имеется спортивный инвентарь, многие проводят закаливающие процедуры. Также, не менее важно для меня, что вы предпочитаете эффективными совместные праздники с детьми, родительские собрания. Это [говорит о том](http://www.birmaga.ru/dostc/%D0%94%D0%BC%D0%B8%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%B9%2B%D0%94%D0%B8%D0%B1%D1%80%D0%BE%D0%B2%3A%2B%D0%A5%D0%BE%D1%87%D1%83%2B%D0%B7%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D1%82%D1%8C%2B%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%2B%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%BA%D1%80%D0%B5%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9%2B%D0%B2%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%3A%2B%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%2B%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%B8%D0%BC%2B%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%88%D0%BE%2C%2B%D0%B0%2B%D0%B4%D1%80%D1%83%D0%B3%D0%B8%D0%BC%2B%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D1%85%D0%BE%3Fc/main.html), что вы понимаете, что нужно для здоровья ваших детей.

**Сейчас я предлагаю вам упражнение « Слово –эстафета».**
Игрушка – кукла передается по кругу, взяв игрушку в руки, родители продолжают начатое ведущим предложение:
« Мой ребенок будет здоровым, если…»

Воспитатель. Много компонентов ЗОЖ вы назвали, также важно для здоровья правильное питание.

**Сейчас я предлагаю вам игру, в которую вы можете играть с детьми дома, давая им знания о вредных и полезных продуктах.**
- Я зачитаю четверостишия о продуктах, если в них говорится о полезных вещах, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!»

- А [если о том](http://www.birmaga.ru/dostc/%D0%A7%D1%82%D0%BE%2B%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B8%D1%82%2B%22%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D1%8C%D1%81%D1%8F%2B%D1%81%D0%B2%D1%8B%D1%88%D0%B5%22%3Fc/main.html), что для здоровья вредно, вы молчите.

1. Ешь побольше апельсинов,
Пей морковный вкусный сок.
И тогда ты точно будешь
Очень строен и высок.

2.Если хочешь стройным быть,
Надо сладкое любить,
Ешь конфеты, жуй ирис,
Строен стань как кипарис.

3.Чтобы правильно питаться,
Вы запомните совет:
Ешьте фрукты, кашу с маслом,
Рыбу, мед и виноград.

4.Нет полезнее продуктов -
Вкусных овощей и фруктов.
И Сереже и Ирине
Всем полезны витамины.

Подводится итог, какие продукты полезны, а какие вредны для организма детей.

Воспитатель. Также важно для здоровья движение, в движении важна координация.

Сейчас я предлагаю вам поиграть еще в одну игру «Найди ухо, найди нос».

Взяться правой рукой за левое ухо, а левой рукой за кончик носа. Затем хлопнуть в ладоши и поменять быстро руки и т.д. В эту игру вы [также можете играть с ребенком](http://www.birmaga.ru/dostc/%D0%91%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%2B%D0%A3%D0%BB%D1%8C%D1%8F%D0%BD%D0%B0%2B%D0%92%D0%B8%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0%2B%C2%A9c/main.html), это способствует развитию быстроты, ловкости, меткости.

Подведение итогов всего сказанного. На мольберте выкладываются лепестки ромашки с компонентами ЗОЖ.

 **Заключение**. На этом наше собрание подошло к концу. Сегодня я постаралась охватить с вами некоторые аспекты ЗОЖ, вредные и полезные продукты, [средства личной гигиены](http://www.birmaga.ru/dostc/%D0%9F%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%2C%2B%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%83%D0%BD%D0%BA%D0%B8%2B%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%2C%2B%D0%BC%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5%2B%D1%81%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B6%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5c/main.html), о том как важно движение для ЗОЖ и т.д. Что еще по этой теме вам хотелось бы узнать? Подумайте и свои пожелания опустите в почтовый ящик, который находится у нас в группе. А я хочу вам раздать памятки, чтобы вы воспользовались некоторыми советами.

**Анкета**

**Уважаемые родители!**
Убедительно прошу Вас ответить на следующие вопросы.

Фамилия, имя, отчество, образование, место работы---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Состав семьи, количество детей------------------------------------------------------------------

3.Кто из родителей занимается спортом? Каким?------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4.Занимается ли ваш ребенок спортом? -------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5.Кто из членов вашей семьи делает утреннюю гимнастику?

-мама
-папа
-дети.

6. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня?

- да
- нет.

7. Проводите ли вы с детьми дома закаливающие мероприятия?

-да (укажите какие)-----------------------------------------------------------------
-нет.

8. Какое физкультурное оборудование и спортивный инвентарь есть у вас дома?

- для взрослых-------------------------------------------------------------------------

 - для детей------------------------------------------------------------------------------

9. Спит ли ребенок днем в выходные?

- да
-нет.

10. Гуляет ли Ваш ребенок после детского сада и в выходные дни?

- да
- нет.

11. Чем занимается Ваш ребенок по возвращении из детского сада и в выходные дни?

- подвижными играми
- настольными играми

- компьютерными играми
- чтением книг
- трудовой деятельностью
- просмотром телепередач

12. Что для Вас является здоровым образом жизни?

- отсутствие вредных привычек
-систематические занятия спортом
- закаливание организма
-система мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

13. Обсуждаете ли вы с ребенком вопросы охраны его здоровья?

- да
- нет

14. Какие формы работы детского сада с родителями Вы считаете эффективными и перспективными в вопросах физического воспитания детей?

- родительские собрания
- совместные спортивные праздники
- открытые занятия
- круглые столы
- тематические выставки
- групповые консультации
- другое-----------------------------------------------------------------------
**Благодарю Вас за сотрудничество.**

**Мира, здоровья и добра вашей семье!**