

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Байковский детский сад**

КОНСПЕКТ
Родительского собрания в старшей разновозрастной группе на
тему: «Здоровый образ жизни дошкольников»
(нетрадиционная форма проведения-деловая игра)»

**Воспитатели: Хайдукова Е.С
Кочерова О.Н.**

с.Байково 2019гг.

Родительское собрание: «Здоровый образ жизни дошкольников» **(нетрадиционная форма проведения-деловая игра)**

Цель: повышать педагогическое мастерство родителей по разделу «Здоровый образ жизни». Формировать у них ответственность за здоровье своих детей и свое здоровье, мотивацию на здоровый образ жизни

Повестка дня:

1. Организационный момент - вступительное слово, объявление темы.
2. Выступление воспитателя сообщение на тему **«Здоровый образ жизни дошкольников»**
3. Выполнение заданий взрослых: **«Мы за здоровый образ жизни»**
4. Разное.
5. Подведение итогов.

1.Организационный момент - вступительное слово, объявление темы.

Воспитатель: Добрый вечер уважаемые родители!

Сегодня мы проводим родительское собрание, которое посвящаем одной из важных тем наших дней- Здоровый образ жизни!

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. Поэтому наша сегодняшнее родительское собрание будет проходить под девизом

«Мы за здоровый образ жизни!»

2. Выступление воспитателя сообщение на тему «Здоровый образ жизни дошкольников»

Воспитатель 2:

Дошкольный возраст по утверждению специалистов относится к решающим в создании фундамента психического и физического здоровья ребенка. Как раз до семи лет происходит наиболее интенсивное становление детского организма. В это же самое время активно формируется характер, привычки, закладываются жизненные приоритеты личности. Именно поэтому весьма и весьма важно в эти годы активно прививать детям основные знания, умения и навыки здорового образа жизни дошкольников.

В современном воспитательном процессе приоритетным направлением в воспитании детей дошкольного возраста является повышение уровня здоровья детей, формирование навыков здорового образа жизни, а также воспитание потребности в регулярных занятиях и получении новых знаний. Стоит заметить, что в этом возрасте у дошкольников отсутствуют такие качества, как:

- усидчивость,
- контроль и коррекция эмоций и настроения,
- способность быстро переключаться с одной деятельности на другую.

Стало быть, перед взрослыми, педагогами и, в первую очередь, родителями, становится задача сформировать в маленьком человеке эти навыки, которые будут способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья малыша.

Родителям дошкольника необходимо усвоить, что здоровье малыша – это не только отсутствие болезни, эмоционального тонуса и плохая работоспособность, но и закладывание основ будущего благополучия личности ребенка. Исходя из этого основным направлением по укреплению здоровья детей дошкольного возраста, является формирование у дошкольников представления о здоровье, как об одной из фундаментальных ценностей жизни. Воспитатели в детском саду, родители дома должны постоянно учить ребенка правильному поведению в различных жизненных обстоятельствах, быть готовым к непредвиденным ситуациям. В этот период ребенок должен четко усвоить, что такое хорошо и полезно, а что такое вредно и плохо.

Родители, бабушки и дедушки должны постоянно прививать малышу правильное отношение к своему здоровью и ответственности за него. Это направление в воспитании дошкольника должно решаться созданием целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Особо пристальное внимание необходимо уделять родителям таким составляющим здорового образа жизни дошкольников:

- Соблюдение режима дня, активности и сна.
 - Двигательная активность, прогулки, подвижные игры на свежем воздухе.
 - Правильное, здоровое питание.
 - Соблюдение правил гигиены. Прививание ребенку любви к физической чистоте.
- Обучение следить за своим телом.
- Закаливание. Формирование способности организма противостоять неблагоприятным природным факторам.

Что еще должны сделать взрослые, чтобы каждый день жизни ребёнка стал началом в укреплении его здоровья? Велика роль примера самих родителей и старших членов семьи. Если взрослые регулярно занимаются физической культурой и спортом, соблюдают режим, правила гигиены и закаливания, то дети, глядя на них, систематически будут делать утреннюю зарядку, заниматься физическими упражнениями и спортивными играми.

Таким образом, здоровый образ жизни всех членов семьи в настоящем – залог счастливой и благополучной жизни ребенка в гармонии с миром в будущем.

3.Выполнение заданий взрослых: «Мы за здоровый образ жизни»

Выполнение заданий:

Утренняя гимнастика» – обязательная часть ежедневного режима ребенка. В детском саду каждое утро обязательно проводятся комплексы утренней гимнастики. Не надо забывать про гимнастику и дома. И вот вам предлагаем провести зарядку вместе с нами.

Воспитатели:

Мы ногами топ, топ
Мы руками хлоп, хлоп
Мы глазами миг, миг
Мы плечами чик, чик
Раз сюда, два сюда
(повороты туловища вправо и влево)
Повернись вокруг себя
Раз присели, два привстали
Сели, встали, сели, встали
Словно ванькой-встанькой стали
А потом пустились вскачь
(бег по кругу)
Будто мой упругий мяч
Раз, два, раз, два
(упражнение на восстановление дыхания)
Вот и кончилась игра.

Грудку мы слегка надавим,
Шейку гладить мы начнём,
Головку низко мы наклоним,
Сзади косточку найдём (*массажуется выпуклая косточка шейного позвонка*)
Эту косточку нажмём.
Бровки гладим мы слегка.
Мы над глазками надавим,
Носик вычистим вот так,
Ушкам сделаем зарядку. (*растираем мочки ушей*)
Каж-дый паль-чик ра-зот-рём (*Каждый слог на палец*)
Рас-ти-ра-ем!
Здесь вот ямочку найдём, (*Ямочка между большим и указательным пальцем*)
И на ямочку нажмём.
Ручки гладим мы слегка, (*гладить от плеч, до кистей*)
Отдохнуть теперь пора! (*потрясти кистями рук*)

Родители:

Мы ногами топаем: топ-топ-топ,
А руками хлопаем: хлоп-хлоп-хлоп.
Носок - пятка, носок - пятка,
а теперь пойдём в присядку.
Приседаем, приседаем
И как птички мы летаем.
На носочках потянулись.
За грибочками нагнулись.

А теперь скорей бежать,
Никому нас не догнать.

Медвежата в чаще жили
Головой своей крутили
Вот так, вот так (круговые движения головой)
Головой своей крутили
Медвежата мед искали
Дружно дерево качали
Вот так, вот так,
(поднять руки вверх и делать наклоны вправо и влево)
Дружно дерево качали
А потом они ходили (ходьба по-медвежьи)
И из речки воду пили
Вот так, вот так,
И из речки воду пили (наклоны туловища вперед)
А потом они плясали
(пружинка с поворотом туловища влево и вправо)
Лапы выше поднимали
(прыжки, хлопая руками вверху)
Вот так, вот так,
Лапы выше поднимали

Воспитатель: А сейчас давайте с вами немного поиграем. Для этого нам нужно
разделиться на 2 команды.
(Богатыри, здоровячки)

Задание 1:

Вопросы для 1 команды:

1. Отец и мать ребёнка
(родители).
2. Руки, ноги, голова, туловище – это....
(тело).
3. Распорядок жизнедеятельности
ребёнка на протяжении суток(режим дня).
4. Перерыв в занятиях для отдыха
(физкультминутка).
5. Двух или трехколесная машина для передвижения. (*велосипед*)
6. Спортивная командная игра с мячом, который забрасывают руками в кольцо с сеткой.
(*баскетбол*)

Вопросы для 2 команды:

1. Женщина по отношению к своему ребёнку
(мать).
2. Привычное положение тела человека в покое и при движении

(осанка).

3 Конечная черта любого соревнования на скорость. (*финиш*)

4. Цель обливания холодной водой(закаливание).

5.Начало, исходный пункт любого соревнования на скорость. (*Старт*)

6.Спортивная игра с мячом и ракеткой на площадке – корте с сеткой. (*теннис*)

Задание 2:

Найти продолжение пословицы о здоровье:

Команда №1

1) В здоровом теле.... (здоровый дух)

2) Здоровье всему.... (голова)

3) Кто спортом занимается.... (тот силы набирается)

4) Забота о здоровье лучшее (лекарство)

5) Двигайся больше, проживешь.... (дольше)

6) Здоров будешь (всего добудешь)

7) Кто спортом занимается(тот силы набирается)

Команда №2

1) Здоровье в порядке... (спасибо зарядке)

2) Здоровье дороже (денег, богатства)

3) Береги платье снову.... (а здоровье смолоду)

4) Болен лечись, а здоров.... (берегись)

5) Здоровье сгубишь, новое (не купишь)

6) Закаляй свое тело(с пользой для дела)

7) Если хочешь быть здоров – (закаляйся)

(Представитель команды зачитывает ответы)

Задание 3:

Воспитатели поочередно каждой команде загадаем загадки:

1.Эти фрукты не съедобны,

Но огромны и удобны.

Их иной спортсмен часами

Лупит сильно кулаками.

(Боксерские груши)

2.- Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе?

-Не мешал бы ты игре,

Ты бы лучше отошел.

Мы играем в

(Волейбол)

3.Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

-Расскажите вот о чем

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:
- Очень просто. Много лет
Ежедневно, встав с постели.
Поднимаю я ...
(Гантели)

4.Мы проворные сестрицы,
Быстро бегать мастерицы,
В дождь — лежим,
В снег — бежим,
Уж такой у нас режим.
(Лыжи)

5.Мои новые подружки
И блестящи и легки,
И на льду со мной резвятся,
И мороза не боятся.
(Коньки)

6.Болезнь мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я,
И очень я собою горд.
Что дарит мне здоровье
(Спорт)

7.Чтобы здоровье было в порядке,
Не забывайте вы о
(Зарядке)

8.С клюшкой я скольжу по льду,
Шайбу я вперед веду.
Подойду сейчас к воротам,
Гол забью я с разворота!
(Хоккеист)

9.Пас, атака и удар,
Мяч опять попал в ворота!
Чтоб не справился вратарь,
Игроку нужна сноровка.

10. Он лежать совсем не хочет.
Если бросишь, он подскочит.
Бросишь снова, мчится вскачь,
Ну, конечно, это
(Мяч)

Задание 4: Анаграмма

(Слово или словосочетание, образованное путём перестановки букв, составляющих другое слово (или словосочетание)).

(Каждой команде даются листочки с анаграммой, нужно расшифровать, какое спряталось слово)

«Анаграммы»

ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура

ДКАЗАРЯ – зарядка

ЛКАЗАКА – закалка

ЕНГИАГИ – гигиена

ЛКАПРОГУ – прогулка

ДОЗРОВЕЬ - здоровье

Задание 5: Пантомима

(Мимическое представление без слов)

Каждой команде дается листочек с названиями вида спорта, которое нужно будет показать другой команде без слов.

футбол, плавание, волейбол, художественная гимнастика, бокс, легкая атлетика (бег)

Задание 6: « Красивый салат»

Командам предлагается из фруктов сделать такой фруктовый салатик, от которого ребёнок не смог бы отказаться. Салаты из свежих фруктов должны поражать не только своими вкусовыми свойствами, но еще и «радовать глаз». Не стоит ограничиваться привычной нарезкой фруктов, лучше проявить фантазию.

Задание 7:

(ЗАДАНИЯ НА ИНТЕРАКТИВНОЙ ДОСКЕ)

4.Разное

5.Подведение итогов.





