**Родительское собрание «Валеологическое воспитание школьников»**

Цель: Расширение единого образовательного пространства между семьей и школой.

Задачи: Повысить педагогическое мастерство родителей по разделу «Валеологическое воспитание школьников». Формировать у родителей ответственность за здоровье детей, мотивировать на здоровый образ жизни.

Ход собрания.

**Учитель.** Здравствуйте, уважаемые наши родители!

Я говорю вам «здравствуйте», а это значит, я всем вам желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверно потому, что здоровье для человека – самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье лишь тогда, когда его теряем! Сегодня мы вместе с вами попробуем вывести формулу здоровья.

Но прежде чем мы начнём работу, давайте поприветствуем друг друга не совсем обычным способом: улыбнуться соседу справа, прикоснуться ладошками и сказать: «Очень рад вас видеть! » и т. д.

А сейчас я задам Вам несколько вопросов.

Крикните громко и хором, друзья

Деток своих все вы любите? (да)

С работы пришли, сил совсем нет,

Вам хочется лекции слушать здесь? (нет)

Я вас понимаю… Как быть, господа?

Проблемы детей решать нужно нам? (да)

Дайте мне тогда ответ

Помочь откажетесь нам? (нет)

Последнее спрошу вас я

Активными все будем? (да)

Ну, что же, тогда начинаем….

На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных. Перед нами, взрослыми стоит очень важная задача - воспитать человека XXI века - человека здорового физически, нравственно и духовно, человека всесторонне и гармонично развитого.

- Как вы считаете, что такое валеология?

Валеология - это наука о здоровье, о путях его обеспечения, о формировании и сохранении здоровья в конкретных условиях жизнедеятельности. Следует помнить, что три кита, лежащие в основе программы по валеологии, - движение, расслабление и питание - обеспечивают гармонию тела, души и сознания.

Главная идея и цель школы совместно с семьей помочь ребенку вырасти крепким и здоровым, дать детям понять, что здоровье - главная ценность жизни человека.

**Как Вы думаете, что такое здоровье?** *(Родители делятся на две группы. В группах идет обсуждение вопроса, ответы записывают на листах бумаги. Один представитель от команды зачитывает варианты ответов.)*

Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: ***«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов»***.

**Как Вы считаете, что нужно делать, чтобы быть здоровым?** *(Обсуждение вопроса в группах, ответы записывают на листах бумаги. Один представитель от команды зачитывает варианты ответов.)*

**Учитель.**Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и веселым. Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле- здоровый дух». Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено русским народом.

**Задание. Назовите пословицы и поговорки, в которых говорится о здоровье.**

«Здоровье дороже золота»

«Здоровье ни за какие деньги не купишь»

«Береги нос в большой мороз».

«Болезнь входит пудами, а выходит золотниками».

«Кто не болел, тот здоровью цены не знает»

«Шуба елова, да к сердцу здорова».

**Задание . Знахари.**

Вы все прекрасно знаете какую важную роль играют в нашей жизни лекарственные растения. Много таких растений произрастает в нашем крае

Я попрошу выйти ко мне двух самых артистичных педагогов. Каждый из Вас вытянет для себя карточку с названием одного из лекарственных растений и с помощью жестов и мимики изобразить его, а всем – отгадать это растение.

**Лопух. Крапива.**

**Заключительный этап собрания**

**Ведущий.**В заключении я предлагаю провести игру «Возьмемся за руки».

(Каждый стоящий желает соседу справа что-либо и берет его за руку. Действие происходит до тех пор, пока круг не замкнется.)

Наша ниточка не порвалась, и я надеюсь, что все мы всегда будем вместе бороться за здоровье наших детей, будем также крепко дружить. Ведь добрые дела, дружба- это тоже здоровье.

Педагог читает стихотворение В. Крестова «Тепличное создание»:  
Болеет без конца ребёнок.  
Мать в панике, в слезах: и страх, и грусть.  
- ведь я его с пелёнок  
Всегда в тепле держать стремлюсь.  
В квартире окна даже летом  
Открыть боится вдруг сквозняк,  
С ним то в больницу, то в аптеку,  
Лекарств и перечесть нельзя.  
Не мальчик словом, а страданье.  
Вот так порой мы из детей  
Растим тепличное создание,  
А не бойцов богатырей.