

Управление образования  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № «Теремок»

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**  
Тема: **«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**  
*Средняя группа*



2013 год

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**  
**Тема: «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**  
**Средняя группа**  
**(подготовка к собранию)**

1. Оформить выставку книг и журналов на тему собрания.
2. Оформить фотостенд физического развития, на который помещены фотографии детей на физкультурных занятиях, утренней гимнастике.
3. Подготовить диагностику физического развития детей на данный период.
4. Написать плакаты:
  - «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»
  - «В здоровом теле - здоровый дух»
  - «Если хочешь быть здоровым - закаляйся»
  - «Здоровье в порядке - спасибо зарядке»
5. Записать на видеокассету физкультурное занятие.
6. Записать на видеоплёнку ответы детей на следующие вопросы:

**Что значит здоровый человек?**  
**Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье, быть здоровым человеком?**  
**Ваши воспитатели - здоровые люди?**  
**Помогает ли вам то, что воспитатели занимаются вместе с вами на физкультурных занятиях?**  
**Вы не расстанетесь с физкультурой, когда пойдёте в школу, вырастите?**
7. Подготовить приглашения на родительское собрание (*рисунок футбольного мяча*).



**ПРИГЛАШЕНИЕ**

«Уважаемые, Иван Иванович и Мария Петровна!  
Приглашаем Вас на родительское собрание «Здоровый образ жизни»  
20 ноября в 17 час. 30 мин. Предлагаем:

- Викторину - игру «Счастливый случай».  
Вместе с детьми: спортивные эстафеты, танцы,  
Посмотреть видеозаписи физкультурных занятий.  
Разучить песню «Физкульт - привет».  
*До собрания тихо звучит музыка песен о спорте, родители знакомятся с выставкой книг, фотовыставкой, диагностикой физического развития детей.*

**ХОД СОБРАНИЯ.**

**1. НАЧАЛО ИГРЫ:**

*Звучит марш, дети входят в зал.*

Дети разделены на две команды: **«Весёлые человечки»** и **«Добрые сердечки».**

- 1-ый ребенок:** Физкультурой мы в саду,  
Много занимаемся,  
Обливаемся водой,  
Крепко закаляемся!
- 2-ой ребёнок:** Заниматься мы должны  
Спортом все усиленно,  
Ведь стране нашей нужны  
Смелые и сильные!
- 3-ий ребенок:** Пусть мороз трещит,  
Вьюга в поле кружит.  
Дети наши крепкие,  
Не боятся стужи.
- 4-ый ребенок:** Молодцы у нас ребята!

Сильные, умелые,  
Дружные, весёлые,  
Быстрые и смелые.

*Исполняется песня «Физкульт - привет»*

**Ведущий:** «Сегодня медики утверждают, что здоровье человека на 20% зависит от наследственности, на 10% - от работы медиков, на 20% - от окружающей нас среды. Остальные 50% в руках самого человека. Значит, наше здоровье зависит от нашего образа жизни, от наших усилий по его укреплению. Я приглашаю вас, дорогие родители, принять участие в игре «Счастливым случаем», где мы поговорим о том, как избежать болезней, быть здоровыми.

## **2. РАЗМИНКА КОМАНД:**

*Затем представление команд*

**Ведущий:** «Команда «Добрые сердечки». Капитан команды -  
- Команда «Весёлые человечки». Капитан команды -  
- Представляю членов жюри: -1..... - 2.....»

Папы и мамы, вы разделитесь на две команды, для того, чтобы быть активными участниками нашей игры, к которым ваши дети могли бы обратиться за помощью.

## **3. Вопросы:**

1. Показать упражнения для мышц:

- а) живота,
- б) рук и плечевого пояса».

*(Обратиться за помощью к родителям: «Дорогие родители! Кто из вас поможет команде, за которую болеет, и покажет упражнения для мышц живота, рук и плечевого пояса?»)»*

2. «Внимание, внимание! Случилось несчастье, вы обожглись. Окажите первую помощь! Подойдите к столу и возьмите то, что необходимо вам!»

*(На столе лежат овощи. Нужно взять морковь или картофель и натереть на тёрке, затем лопатку из овощей наложить на ожог.)*

3. «Врачи говорят, что всё начинается с насморка. Итак, нужно воспользоваться тем, что у вас под рукой и помочь избавиться от насморка». Взять, что необходимо на столе. *(Алоэ, чай (заварка))*.

### **4. Музыкальная пауза. Танец «Чунга - чанга».**

5. Следующее задание состоит в том, чтобы собрать из разрезных картинок скелет человека и сердце. Выбирайте конверты! Кто соберёт быстрее и правильнее, тот и выиграл этот конкурс.

6. Чтобы сохранить своё сердце здоровым, необходимо соблюдать правила. Какие?

- 1. Регулярно заниматься физкультурой.
- 2. Не есть слишком много.
- 3. Если болеете, лежать в постели столько, сколько сказал врач.
- 4. Старайтесь не слишком уставать, не переутомляйтесь.
- 5. Обязательно спать ночью по 8 - 10 часов.

7. Следующий вопрос связан с литературой. Вы читали «Айболит» Корнея Чуковского? Мы предлагаем свой вариант.

## **3. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ ИГРЫ:**

*Входит одетая в валенки, куртку, тёплую шапку, завязанная шарфом родительница.*

**Ведущий:** Но однажды к Айболиту  
На приём пришёл Никита.

**Никита:** Милый доктор Айболит!  
Горло мочи нет болит.  
Нос не дышит - вот беда!  
Говорить никак нельзя.  
Так болею целый год!  
Милый доктор помогите,  
От болезни излечите?

**Ведущий:** «Далее Никита будет рассказывать, как он ведёт себя на улице, дома, а вы должны дать правильный совет».

### Ситуация №1

**Никита:** А на улице всегда  
Песни звонко я пою,  
На морозе стихи читать люблю.

**Ведущий:** «Скажите, что делает неправильно Никита?»  
(Нельзя кричать на улице, особенно в мороз, в дождь - голос и горло нужно беречь.)

### Ситуация №2.

**Айболит:** Ты, когда гулять идёшь  
Нос под шарф не прячешь?

**Никита:** Прячу, да!  
(Нельзя дышать ртом; нельзя завязывать шарфом нос - там скапливаются микробы, а влажная среда помогает им, ещё более, размножаться. В очень сильный мороз за  $-25^{\circ}\text{C}$ , ходить на улице не рекомендуется.)

### Ситуация №3.

**Никита:** Пыль никогда не вытираю, редко дома убираю.  
(Ответ: нужно вытирать пыль с мебели, протирать полы, проветривать помещение.)  
Музыкальная пауза. Исполняет песню о детском саде музыкальный руководитель

**Ведущий:** «Жюри подводит итоги, а мы приглашаем ребят и родителей посмотреть физкультурное занятие, и, если возникнут какие-то вопросы, то обязательно на них ответят: врач, медсестра, заведующая и инструктор по ФК. После просмотра и ответов на вопросы, приглашаем детей и родителей принять участие в эстафетах».

1. «Передай веточку». Бег змейкой между расставленными стульями. (10 стульев).
2. «Репка».
3. Бег с препятствиями. (2 скамейки, поставленные поперёк зала).

## 4. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ.

Жюри подводит итоги. Объявляется победитель, и вручаются призы.  
Исполняется танец «Дружбы» под музыку О. Газманова. Танцуют родители и дети.

### Физкульт-привет

Слова: рус. текст Якова Халецкого

Уже давно в футбол играть  
Неплохо я умел.  
И капитаном смелым стать,  
В команде я хотел.  
И сам понять я не могу,  
Как это, сгоряча,  
В свои ворота - да, да, да! -  
Послал я два мяча!

### Припев:

С тех пор, как спорт  
Стал другом наших дней,  
Живётся нам намного веселей.  
Намного краше стало всё кругом.  
Физкульт-привет, физкульт-привет  
Мы всем ребятам шлём!

Известно всем, что я бы мог  
Отличным стать пловцом.  
Но жаль, что путь в бассейн далёк,  
И плохо мне знаком.  
И очень жаль, что я в реке,  
Ищу ногами дно,  
А то б рекорд - ха-ха-ха-ха! -  
Поставил я давно!

### Припев:

Любой из нас, конечно, будет горд,  
Когда сумеет штурмом взять рекорд.  
(Кто любит спорт - на свете все в ладах,  
И сердце, знай, что дружим мы всегда!)  
...  
Намного краше стало всё кругом.

Когда за шахматной доской,  
Сижу я целый час,  
Свои фигуры в смелый бой,  
Веду я каждый раз.  
И не беда, что мне в игре  
Порою не везло,  
Когда ферзя - да, да, да! -  
«Зевал» я, как назло!

**Припев:** тот же

Физкульт-привет, физкульт-привет  
Мы всем ребятам шлём

1959 год