# Конспект родительского собрания.

# Семейное воспитание и здоровый образ жизни.

**Цель тематического родительского собрания :**

* Объединение усилий в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников и формирования представления об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.
* Формирование педагогически обоснованной позиции родителей в отношении воспитания ребенка.

**Задачи собрания:**

* выявление ключевых проблем и тенденций влияющих на состояние здоровья детей;
* выявление противоречий и проблем в использовании методов семейного воспитания;
* разработка направлений и форм взаимодействия дошкольного учреждения и семьи по сохранению и укреплению здоровья дошкольников и выработки понимания значимости здоровья в перспективе жизни.

**Оборудование и наглядность:**

* Оформлен спортивный уголок (подобраны спортивные игрушки, атрибуты), который можно организовать и дома.
* Материал для ознакомления родителей, подготовленный инструктором по физкультуре «Нетрадиционные занятия по физкультуре».
* Методическая литература по физическому воспитанию детей.
* Памятки

**Конспект родительского собрания включает в себя различные этапы подготовки:**

* Анкетирование родителей по теме родительского собрания.
* Составление программы показательных фрагментов, обсуждение целей и задач воспитателями и физкультурным работником.
* Подготовка рабочих материалов для творческих групп.
* Разработка «памяток» для родителей.
* За неделю до встречи с родителями в группе вывешивается объявление – приглашение.

***Воспитатели:*** - Уважаемые друзья! Мы рады приветствовать Вас в нашем уютном музыкальном зале. Тема сегодняшней нашей встречи — «Семейное воспитание и здоровый образ жизни». Мы думаем, вас не надо убеждать в ее важности. Методы воспитания превращают в реальность наши лучшие надежды, планы, мечты, обращенные к самому дорогому – к детям. Нет ничего важнее, если отсутствует главный компонент социализации наших детей – здоровье.

- Здоровый человек редко задумывается над тем, что такое здоровье. Кажется, что ты здоров, всегда будешь таким, и не стоит об этом беспокоиться. Между тем здоровье – одна из главных ценностей человеческой жизни, источник радости. Не случайно на вопрос о том, что является более ценным для человека – богатство или слава, один из древних философов ответил, что ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. «Здоровый нищий счастливее больного, но богатого короля». В качестве обязательного итог сегодняшней встречи нам представляется определение ключевых проблем и выработка направлений совместных действий по сохранению и укреплению здоровья наших детей.

- Мы уверены, что большинство из вас владеют информацией о составляющих компонентах здоровья детей, факторах «риска», и в то же время полагаем, что многое в том, что вы узнаете сегодня по обсуждаемой проблеме, будет для вас очень полезным. Сегодня на определенном этапе нашей встречи мы будем работать.

- В преддверии подготовки к родительскому собранию Вам, уважаемые наши собеседники, был предложен ряд вопросов. Вы подумали над ними, а сейчас мы просим ответить на эти вопросы, опираясь на свой родительский и личный опыт.

* Воспитание ребенка правильное, если …
* Самое главное в воспитании ребенка – это …
* Если бы я начал воспитание моего ребенка заново, то я бы никогда …
* Что, в Вашем представлении, есть здоровый образ жизни?
* В чем просчеты ДОУ в решении задачи сохранения и укрепления здоровья наших детей?
* Дайте советы педагогам, которые, на Ваш взгляд, помогут преодолеть эти просчеты.

Воспитатель поочередно предлагает ответить на вопросы. Стимулирует активность родителей ссылка на их успешный опыт, примеры из их воспитательной практики, относящийся к детям. Воспитатель обобщает ответы, благодарит участников мини-дискуссии, представляет спектр выявленных проблем.

***Воспитатель:*** — Таким образом, мы поняли, что состояние здоровья зависит от многих факторов, среди которых важная роль принадлежит образу жизни. К основным компонентам образа жизни относятся: питание, быт, организация учебного труда и отдыха, отношение к вредным привычкам.

Воспитатели представляют гостей: инструктора по физической культуре и медицинскую сестру.

- Мы попросим вооружить нас информацией по обсуждаемой проблеме.

Инструктор по физической культуре показывает фрагменты занятий по физкультуре «Двигательная активности и закаливание организма — необходимые условия для укрепления здоровья».

Воспитатель обсуждает информацию из памятки «Рациональное питание. Гигиена питания».

В конце подводится итог собрания.

**Памятка**

Пример взрослых, окружающая среда и вся обстановка представляют важные факторы для развития высшей нервной деятельности. В атмосфере недовольства, волнений, раздоров возникают самые разнообразные формы детских неврозов, а спокойное гармоничное окружение ребенка есть лучшее средство для формирования твердого, законченного характера.
Н.И.Красногорский

Двигательные навыки, сформированные у детей до 7 лет, составляют фундамент для дальнейшего совершенствования их в школе и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте.

Правильно организованное физическое воспитание способствует умственному развитию детей, так как создаются благоприятные условия для нормальной деятельности нервной системы и всех других органов и систем, что помогает лучшему восприятию и запоминанию. У детей развиваются все психические процессы (мышление, воображение, речь и др.), а также мыслительные операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение и др.), поэтому:

* Учите детей играть в спортивные игры и выполнять элементы спортивных игр.
* Постарайтесь дома, на даче иметь любой спортивный комплекс, так как это способствует совершенствованию двигательных навыков.
* Формируйте навык правильной осанки в положении сидя, стоя и при ходьбе.
* Прививайте первоначальные навыки личной и общественной гигиены (мытье рук, забота об одежде, обуви, поддержание в чистоте игрушек и прочее).
* Учите детей названиям частей тела, направлениям движений (вверх, вниз, вперед, назад, вправо, влево, кругом и другие).
* Закрепляйте знания о явлениях природы, общественной жизни, повадках животных, птиц, насекомых в процессе занятий физическими упражнениями, так как в игре у детей развивается воображение, уточняются представления (дети воображают себя зайкой, птичкой), которые подкрепляются игровыми действиями самих детей и сопровождаются радостным настроением.

**Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»**

Уважаемые родители! Просим, Вас, ответить на наши вопросы.

1. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

а) постоянно 21

б) иногда 9

в) очень редко 0

г) не занимаюсь 0

2. А ваш ребенок занимается физкультурой и спортом?

а) постоянно 18

б) иногда 12

в) очень редко 0

г) не занимается 0

3. Вы употребляете спиртные напитки?

а) не употребляю10

б) редко20

в) употребляю 0

4. Вы курите?

а) нет 18

б) редко2

в) часто10

5. Считаете ли Вы свое питание рациональным?

а) да28

б) не всегда 2

в) нет 0

6. Как Вы проводите свой отпуск?

а) на море 10

б) дома 8

в) в санатории 3

г) в деревне 9

7. Как Ваши дети проводят досуг?

а) у бабушки 11

б) гуляют во дворе 3

в) за телевизором 14

г) с друзьями 2

8. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?

а) да 30

б) нет 0

9. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

а) из книг 4

б) из телепередач 17

в) из разговоров 0

г) от воспитателей 9

10. Вы ведете здоровый образ жизни?

а) да 18

б) иногда 11

в) нет 1

г) затрудняюсь ответить 0

11. Вы прививаете своим детям здоровый образ жизни?

а) да 30

б) нет 0

12. Каким образом?

а) с помощью бесед 13

б) личным примером 17