***Конспект***

**Родительского собрания «Будем здоровы»**

**Цель:** познакомить родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, применяемыми в нашей группе.

**Задачи:**

1. Показать применение технологий в ходе работы с детьми среднего дошкольного возраста.
2. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей.

**План проведения**.

1. Выступление детей.
2. Вступительное слово воспитателя.
3. Показ презентации «Здоровьесберегающие технологии средней группе «Теремок»».
4. Практические рекомендации для родителей.
5. **Ход собрания.**

- Здравствуйте, уважаемые родители. Мы рады видеть Вас на нашей встрече. Сейчас мы хотим вам показать небольшую инсценировку стихотворения [Александра Мецгер](http://allforchildren.ru/poetry/author414-mezger.php)а «Больной Егор»

Выходят дети.

**Ведущий.** Малыши зовут Егорку:
**Дети**. - Выходи играть на горку!
**Егор.** - Нет, ребята, я боюсь,
 Я зимою простужусь.

**Ведущий**. Снег растаял на пригорке,
 Вновь друзья зовут Егорку:
**Дети.** - Эй, Егорка, где же ты?
 Посмотри, кругом цветы.
**Егор.** - Я к цветам идти не смею,
 Я от них всегда болею…

**Ведущий**. Лето. Жарко, словно в печке.
 Малыши шагают к речке:
**Дети**. - Эй, Егор, пошли купаться,
 Хватит от друзей скрываться!
**Егор.** - Вы, ребята, очумели?
 Я сгорю там, в самом деле,
 Или в речке утону,
 Лучше я пойду, засну.

**Ведущий.** Осень, дождик моросит,
 На окне Егор сидит.
 Малыши играть идут,
 Но Егора не зовут,
 Вдруг намокнет и вспотеет -
 Наш Егор всегда болеет.

**Ребенок.** Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить.
Нужно нам самим стараться,
И всё будет получаться.

Мне кажется, что каждого из вас волнует ответ на вопрос: «Как сохранить и укрепить здоровье моего ребенка» Чаще всего мы судим о здоровье как об отсутствии заболеваний в данный момент. А ведь критериями здоровья является предрасположенность к болезням, и уровень физического и психического развития, а так же состояние сопротивляемости организма к болезням и многое другое. Поэтому, забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения. Здоровый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Ответить на вопрос что такое здоровье, нам помогут поговорки.

Сейчас я вам предлагаю поиграть в игру «Найди пару». Встаньте, пожалуйста, в круг. Я вам раздам листочки, на которых написаны начало или конец поговорки о здоровье. На счет раз, два, три - парочку себе найди. Вы должны, найти пару, составив поговорку и прочитать её.

Чистота – (залог здоровья)                                                                                       Здоровье дороже (золота)                                                                                       Чисто жить – (здоровым быть)

Здоровье в порядке – (спасибо зарядке)

Если хочешь быть здоров – (закаляйся)

В здоровом теле – (здоровый дух)

Здоровье за деньги (не купишь)

Береги платье с нову, (а здоровье смолоду)

Будет здоровье – (будет все).

Сегодня мне бы хотелось познакомить вас с современными здоровьесберегающими технологиями применяемыми в нашей группе.

**Здоровьесберегающая технология**- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Сейчас хотелось бы предложить Вам посмотреть презентацию по теме «Здоровьесберегающие технологии в средней группе «Теремок»».

**Просмотр презентации**

Перечисленные современные виды здоровьесберегающих технологий применяются нами в ходе работы с детьми комплексно. И надо отметить – это дает должный эффект.

А сейчас с некоторыми технологиями хотелось бы познакомить вас на практике. С такими как гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, малоподвижная коммуникативная игра и релаксация. Давайте ненадолго превратимся с вами в детей и немножко поиграем.

Осенним солнечным деньком.

На прогулку мы идём.

 (ходьба по ребристым дорожкам)

**Гимнастика для глаз**

Мы пришли в волшебный лес.
Сколько здесь вокруг чудес!
Справа – берёзка стоит, (посмотреть вправо)
Слева – ель на нас глядит. (посмотреть влево)
Листочки в небе кружатся, (посмотреть вверх)
На землю красиво ложатся. (посмотреть вниз)
Листочки порхают, кружатся,
И на ладошки к ребятам садятся. (выставить ладони перед собой, сдуть воображаемые листочки)

**Коммуникативная игра «Зайка»**

1. На осеннюю прогулку (*Как зайчики прыгают по залу врассыпную)*
Вышел зайка погулять,
По тропинке лихо прыгал,
Друга он пошел искать.
«Где ты, где ты, мой товарищ? (*Отводят в сторону и ставят на пояс сначала пр., затем лев. Руки)*
Без тебя так трудно жить!» (*Качают головой)*
Встретил Зайка наш зайчонка (*Встают в пару с рядом стоящим товарищем)*
И сказал: «Давай дружить!»
2.Зайка с другом покружился – ( *Кружатся парами)*
Он в лесу устроил бал.
А потом остановился,
По головке гладить стал. (*Гладят друг друга по голове)*
Спиночки друзья чесали
Вправо, влево, вверх и вниз. *(Чешут спинки друг другу по очереди)*
И немножко потолкались.

(*Поворачиваются, берутся за руки ладошками и толкаются)*
Крепко-крепко обнялись! (*Обнимаются).*

**Релаксация**

Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но пока не все умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая –
Очень легкая, простая,
Замедляется движенье,
Исчезает напряженье…
И становится понятно –
Расслабление приятно!

Сядьте как вам удобно и закройте глаза *(Включается спокойная музыка)*

Хорошо нам отдыхать
Но уже пора вставать.

Наша встреча подошла к концу, и в завершении мне бы хотелось напомнить. О том, что любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего здоровые и счастливые родители! Здоровья, счастья и удачи вам! Благодарю за внимание!