**Примерный конспект собрания родителей детей ср. гр.**

**(в нетрадиционной форме)**

***«О здоровье всерьёз»***

*Предварительная работа.*

1. Анкетирование родителей.
2. Оформление стенда «Мы хотим быть здоровыми» (фото детей занимающихся физкультурой, играющих в подвижные игры в позах хатха-йоги).
3. Оформление стенда «Лекарственные травы» (гербарий, книги на эту тему, ароматерапию.)
4. Изготовление (вместе с детьми) красочных пригласительных билетов для родителей и плакатов на тему «В здоровом теле здоровый дух».
5. Подготовка (вместе с родителями) к торжественному чаепитию с блюдами из чёрствого хлеба и натуральными соками.

**Ход собрания.**

Воспитатель встречает родителей в зале, объявляет тему собрания, знакомит с намеченными мероприятиями (о них подробно сказано в пригласительных билетах).

1. В зале появляются дети в облегчённой спортивной форме, выстраиваются полукругом.

Раздаётся стук в дверь – входит Бом (2-й воспитатель) с шерстяным шарфом на шее и раскрытым зонтом в руке.

**Восп-ль и дети.** Здравствуйте Бом!

**Бом.** (*простуженным голосом).* Здравствуйте!

**Восп-ль:** А почему ты так одет?

**Бом:** (*чихая).* У меня печальный вид. Голова моя болит, я чихаю, я охрип…

**Восп-ль**: Что такое?

**Бом**: Это грипп.

**Восп-ль**: Грипп! Вот наши дети не болеют.

**Бом:** Не болеют?

**Восп-ль**: Не болеют. Почему! Послушай.

**1-й реб**. Каждый день по утрам мы делаем зарядку. Очень нравится нам делать всё по порядку!

**2-й реб**. Весело шагать!

**3-й реб**. Руки поднимать!

**4-й реб**. Приседать!

**5-й реб**. Бегать и скакать!

**Восп-ль**: Здоровье впорядке!

**Дети:** Спасибо зарядке!

**Восп-ль**: Кто из нас знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?

**Дети**: Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

**6-й реб**. Спорт любите с детских лет – будете здоровы!

**Восп-ль**: Ну – ка дружно, детвора крикнем все…

**Дети**: Физкультура!

**7-й реб**. Если хочешь быть умелым, ловким, быстрым, сильным, и смелым…

**8-й реб.** Научись любить скакалки, вожжи, обручи и палки.

**9-й реб**. Никогда не унывать, в цель ты точно попадай!

**10-й реб**. Мячик новый есть у нас, мы играем целый час. Я бросаю – ты поймай! А уронишь – поднимай!

**11-й реб**. Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно по утрам мы зарядку делаем.

**12-й реб**. К солнцу руки поднимаем, дружно, весело шагаем, приседаем и встаём и ничуть не устаём.

**13-й реб**. Тренируем тело, укрепляем дух.

**14-й реб**. Следуем заповедям здорового питания.

**15-й реб**. Развиваем свои возможности.

*Дети выполняют «Упражнение» в системе хатха-йоги, разминка асаны, дыхательные упражнения и уходят из зала вместе с Бомом, который говорит, что всё понял и теперь тоже делать будет зарядку.*

1. Беседа врача – педиатра Смаглюкова О.И., приглашённого из детской поликлиники на тему: «Закаливание – зоны здоровья», «Хатха-Йога для детей», ответы на вопросы родителей.
2. Демонстрация (на большой кукле) медсестрой детского сада простейших процедур, выполнять которые должны уметь все родители (точечный массаж при простуде и гриппе, дыхательные упражнения хатхи-йоги для детей.)
3. В зале появляется Доктор Айболит (2-й воспитатель). Он проводит разминку с родителями:

*Прошу всех прямо встать*

*И то, что скажу, всем выполнять*

*Дышите…не дышите…*

*Наклонитесь… улыбнитесь…*

*На «один-два» медленно сядьте,*

*На «три-четыре» медленно встаньте.*

*Наклонитесь вправо-влево*

*И вдохните глубоко!*

Доктор Айболит беседует с родителями на тему «Народные и нетрадиционные средства лечения простудных заболеваний их профилактики и закаливания», делится опытом, выслушивает родителей (асаны хатха-йоги, ароматерапия, дыхательного упражнения, полоскание горла, носа, настоями трав, чеснока).

1. Воспитатель анализирует анкеты, подводит итоги анкетирования.
2. Воспитатель приглашает родителей отправиться в путешествие в Спортландию вместе с детьми, которые в это время вновь появляются в зале. Выбирается жюри.

*Проводятся соревнования, в которых участвуют две пары – дети и их мамы.*

1. «Кто скорее добежит в обруче до флажка».

*Ребёнок в обруче бежит до флажка, огибая расставленные кегли, возвращается, забирает маму, они вдвоём делают то же.*

1. «Лягушка»

*По сигналу воспитателя участники должны первыми добраться до финиша, прыгая, как лягушки.*

1. «Не задень»

*Прыгая на одной ноге и стараясь не сбивать кегли, надо как можно быстрее добраться до флажка и поднять его.*

*Жюри определяет победителей.*

*Призы – детский гематоген, витамины и др.*

1. В конце собрания проводится совместное чаепитие с сиропом шиповника и блюдами из чёрствого хлеба и дегустация свежевыжатых овощных соков.