**Родительское собрание с элементами практикума**

**в старшей группе**

**«Здоровье ребёнка - основа его будущего»**

*Воспитатель: Баранова Е.В*.

**Форма проведения**: Родительское собрание с элементами практикума.

**Аудитория**: родители воспитанников старшей группы.

**Количество участников**: 20 родителей воспитанников, 2 воспитателя группы, медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физическому развитию.

**Задачи:**

1. Ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.

2. Формировать у родителей мотивацию здорового образа жизни, ответственность за свое здоровье и здоровье своих детей.

3. Повысить педагогическое мастерство родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.

**Ожидаемые результаты**: Расширение представлений у родителей мотивации к здоровому образу жизни, формирование ответственности за здоровье детей, использование родителями здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.

**Информационно-техническое оборудование**: Музыкальный центр, интерактивная доска, компьютер.

**Материалы и оборудование**: бумага А4, авторучки, распечатки с упражнениями.

Воспитатель сообщает родителям тему родительского собрания"Здоровье ребёнка - основа его будущего". Информирует родителей о том, что в дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых не возможен здоровый образ жизни.

От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить навыки здорового образа жизни у детей, зависит в последующем реальный образ жизни и здоровье человека.

Старшая медсестра сообщает о «Результатах анализа заболеваемости детей» и отвечает на вопрос родителей. Показывает родителям точечный массаж.

Воспитатель предлагает родителям воспитанников принять участие в родительском собрании с элементами практикума.

Педагог предлагает родителям ответить на вопрос: «Что такое здоровье?» Ответы предлагает записать.

Желающие зачитывают свои варианты.

Например:

* Здоровье – сила и ум, настроение, эмоциональное состояние.
* Здоровье – это красота.
* Здоровье – это счастье.
* Здоровье – это богатство.

Воспитатель предлагает ответить на вопрос: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым взрослым и детям?».

Родители совещаются, записывают ответы и зачитывают их.

Например:

а) Следить за физическим состоянием;

б) Не заниматься самолечением;

в) Следить за состоянием зубов;

г) Чередовать виды деятельности.

Педагог предлагает родителям на основании ответов конкурсов составить «Законы здоровья»

Воспитатель сообщает родителям о том, что немало пословиц и поговорок о здоровье сложено русским народом. Родителям предлагается назвать пословицы и поговорки, в которых говорится о здоровье.

Родители по очереди называют свои пословицы и поговорки.

Например:

а) «Здоровье дороже золота».

б) «Здоровье, ни за какие деньги не купишь».

в) «Береги нос в белый мороз».

г) «Кто не болеет, тот здоровье цены не знает».

Далее воспитатель сообщает родителям, что вынужденная статическая поза, умственная работа ведёт к утомлению, снижает уровень работоспособности. Из-за ограниченной амплитуды движение уменьшается подвижность суставов, нарушается поступление кислорода к внутренним органам головному мозгу. Для того чтобы избежать этих негативных явлений, необходимо научится и научить наших детей чередовать умственное напряжение с физической работой. К таким видам активного отдыха можно отнести физические минутки и динамические паузы.

Педагог предлагает провести родителям динамическую паузу (Любую физминутку). Помощь в её проведении оказывает музыкальный руководитель.

Родителям предлагается провести игру «Возьмёмся за руки».

(Все стоят в кругу. Каждый участник команд произносит слова с пожеланием здоровья соседу справа и берёт его за руку. Действие происходит до тех пор, пока круг не замкнётся)

Подводя итог собрания, педагог рекомендует родителям использовать здоровьесберегающие технологии в домашних условиях. Дома можно подробно познакомиться с упражнениями, которые педагоги применяют на занятиях для снятия мышечного и эмоционального напряжения, для профилактики снижения остроты зрения и плоскостопия. (Раздают родителям распечатанные листы с материалом).