**Родительское собрание по теме «Семья — здоровый образ жизни»**

**Форма проведения: лекция.**

**Цель:** повышение педагогического мастерства родителей по разделу «Семья – здоровый образ жизни»;

- формирование у родителей ответственности за здоровье своих детей и свое здоровье, мотивация на здоровый образ жизни.

**План проведения**:

1. Вступительное слово воспитателя. Обозначение проблемы.

2. Лекция и презентация

3. Просмотр занятия «Береги свое здоровье»

4. Мастер-класс по изготовлению спортивного инвентаря из бросового материала

5. Разное

6. Принятие решения собрания.

**Х О Д М Е Р О П Р И Я Т И Я :**

1. Подготовительный этап

1) Оформить к собранию мудрые мысли:

«Здоровье - не все, но без здоровья – ничто» (Сократ)

• «Я не боюсь еще и еще раз повторить : забота о здоровье – это важнейший труд родителя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» (В. Сухомлинский)

2) Оформить памятку для родителей «Пять простых правил формирования осанки.

3) Оформить памятку для родителей «Основные правила семейного воспитания»

2. Этап проведения собрания. Обозначение проблемы.

(вступительное слово воспитателя)

Нам очень приятно, что вы нашли время и откликнулись на наше приглашение. Тема сегодняшней нашей встречи - «Семья – здоровый образ жизни»

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения.

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. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и детей. Позвольте прочитать вам стихотворение.

Болеет без конца ребёнок.

Мать в панике, в слезах: и страх и грусть.

- Ведь я его с пелёнок

Всегда в тепле держать стремлюсь.

В квартире окна даже летом

Открыть боимся – вдруг сквозняк,

С ним - то в больницу, то в аптеку,

Лекарств и перечесть нельзя.

Не мальчик, словом, а страданье.

Вот так, порой, мы из детей

Растим тепличное создание,

А не бойцов – богатырей.

Вот, что порой мы делаем чрезмерно заботясь о ребенке. Вряд ли можно найти родителей, которые не хотят, чтобы их дети росли здоровыми.

Здоровый, крепкий и развитый ребёнок. Как добиться этого? Как укрепить здоровье детей, избежать болезней?

3. Этап проведения- лекция "О сохранении и укреплении здоровья детей в детском саду"

Таким образом, компонентами здорового образа жизни являются:

• рациональный режим;

• систематические физкультурные занятия;

• закаливание;

• правильное питание;

• благоприятная психологическая обстановка в семье

