**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад № 50 «Радуга»**

**Конспект родительского собрания в средней группе**

**«Здоровый образ жизн дошкольников»**

**Автор: воспитатель**

**первой категории**

**Крупина И.В.**

**Ярославль. 2019г.**

**Родительское собрание «ЗОЖ дошкольников»**

**Цель:**

Формирование у родителей адекватной оценки собственного здоровья, мотивации здорового образа жизни, ответственности за здоровье своих детей.

**Задачи:**

1. Пропагандировать здоровый образ жизни.

2. Способствовать укреплению внутрисемейных связей

**Предварительная работа:**

1.Выставка педагогической литературы по теме собрания.

2.Беседы и консультации по теме «Условия здорового образа жизни в семье» с презентацией лепбука по экологии «Чистая земля» (Крупина И.В)

3. Подготовка презентации для родителей и коллег детского сада по данной теме. (Чечулина О.А, Крупина И.В)

**Ход собрания:**

**Воспитатель (Крупина И.В):** Уважаемые родители, добрый вечер, здравствуйте! В этом простом обыкновенном слове тепло, рукопожатие друзей и пожелания здоровья! Вот и сегодня мы будем говорить о здоровье, о том, как его сохранить. Сейчас  я хотела бы задать вам несколько вопросов:

***Крикните громко и хором, друзья*:**

Деток своих все вы любите? **(да)**

С работы пришли, сил совсем нет,

 Вам хочется лекции слушать здесь? **(нет)**

Я вас понимаю…

Как быть, господа?

Проблемы детей решать нужно нам? **(да)**

***Дайте мне тогда ответ***

Помочь, откажитесь нам? **(нет)**

Последнее спрошу вас я

Активными все будем? **(да)**

**Воспитатель:** Сейчас, мы вместе будем определять и вспоминать формулу здоровья.

*Воспитатели читают стихи.*

**1.**Приветствуем всех, кто время нашел,

И в сад к нам на собрание о здоровье пришел.

Осень пусть  стучится дождиком в окно,

Но в группе у нас и светло и тепло.

**2.**Дети подрастают, взрослеют здесь,

И набирают естественно вес.

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,

Нам спорт с физкультурой, как воздух нужны.

**3**.Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает хорошая семья

Должен быть режим у дня.

**4.** Следует, детям, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться–

На зарядку становиться!

**5.** Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

**6**. У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

**7**. Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

**8.** Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

**9.** На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

**10.** Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Чтоб здоровье сохранить,

Научись его ценить!

**Воспитатель( Крупина И.В):** Вот слагаемые здорового образа жизни:

* режим дня,
* здоровое питание,
* утренняя гимнастика,
* физические упражнения и подвижные игры,
* закаливание,
* прогулки на свежем воздухе.

**Воспитатель Чечулина О.А предлагает родителям посмотреть презентацию *«Формирование положительной мотивации ЗОЖ у детей дошкольного возраста».***

**Воспитатель:**Уважаемые родители! Здоровье - одна из главных ценностей нашей жизни. Хорошо, когда ребенок катается на велосипеде, плавает, бегает не уставая, играет с ребятами, а главное - не болеет. Мы радуемся, когда наши дети энергичные, сильные, бодрые. Плохое самочувствие, болезни являются причинами отставания в росте, неудач на занятиях, в играх, в спорте. Нормой жизни и поведения каждого человека должно стать осознанное  и ответственное отношение к своему здоровью как к великой ценности. Неоспоримо, что состояние здоровья, как и уровень жизни во многом определяется моделью поведения, сформировавшейся с детства. Необходимым условием является формирование культуры здоровья, как части общей культуры человека.

**Игра «Мудрость народная»**

**Воспитатель:** Давайте вспомним пословицы и поговорки о здоровье, есть среди них известные, а есть такие, которые употребляются редко, но во всех заключена великая мудрость народа по отношению к своему здоровью.

Родителям предлагают карточки, на которых написана первая часть пословиц и поговорок, родители проговаривают вторую часть выражения.

* В здоровом теле – здоровый дух.
* Дал бы бог здоровья, а счастье найдем.
* Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял - многое потерял, здоровье потерял - все потерял.
* Здоровому все здорово.
* Здоровьем слаб, так и духом не герой.
* Здоровья за деньги не купишь.
* Если хочешь быть здоров - закаляйся.
* Здоров будешь - все добудешь.
* Чистота - залог здоровья.

**Воспитатель (Крупина И.В):** Работа по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей, должна осуществляться в тесном взаимодействии семьи и дошкольного учреждения. Главными воспитателями ребенка являются родители. Физическое и психологическое благополучие ребёнка зависит от того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка.

Первая школа воспитания — это семья. Родители являются первыми педагогами своего ребенка. В условиях семьи формируется эмоционально-нравственный опыт, определяется уровень содержания эмоционального и социального развития ребенка. Доказано, что состояние здоровья родителей — ведущий фактор, оказывающих воздействие на здоровье ребенка. Наибольший эффект оздоровительных мероприятий отмечается в тех случаях, когда родители становятся сторонниками здорового образа жизни.

**Игра «Полезно - вредно» (Чечулина О.А)**

 Игра для родителей, где родители выбирают полезные продукты. (Карточки)

**Воспитатель (Крупина И.В):** Ученые всего мира утверждают, что желание вести здоровый образ жизни формируется у детей в возрасте до 12 лет. В нашей стране разработано более десятка программ по формированию у детей привычки к ЗОЖ. Мы в нашем детском саду тоже работаем над этой проблемой. Мы используем в работе оздоровительные технологии. У нас в саду проводятся познавательные занятия по данной тематике. Систематически проводятся занятия по физической культуре, оздоровительная и профилактическая работа. Здоровье человека заключается в гармонии духовного, душевного и физического. Основным средством формирования у детей привычки к здоровому образу жизни являются:

* беседы с детьми по проблеме;
* общественное осуждение вредных привычек;
* общественная реклама составляющих ЗОЖ;
* личный пример окружающих взрослых (семьи).

**Воспитатель:** Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Чем больше мы будем ребенку показывать и рассказывать о здоровье, тем лучше для его развития. Предлагаем Вам поддержать инициативу детского сада и внедрять здоровый образ жизни в семью. Мы все уверены в том, что добиться положительных результатов в процессе формирования у детей устойчивой привычки к ЗОЖ можно только в тесном сотрудничестве ДОУ и семьи. Сотрудничество должно строиться на взаимоуважении и взаимодоверии. Только активная позиция семьи и сотрудничество с дошкольным учреждением позволяют добиться результатов по поддержанию здоровья ребенка.

**Давайте пожелаем друг другу успехов в воспитании здорового поколения!**

**Использованная литература:**

1.Терновская С.А., Теплякова Л.А. Создание здоровье сберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист. -2005.

2.Шумихина Ю.В. Клуб «Здоровая семья» // Воспитатель ДОУ. 2009. N3.

3. Амосов Н.М «Алгоритм здоровья, Москва. Сталкер 2004. 502с.

4.Барин Л.Г. Мама, папа, я - здоровая семья, Питер 2005. 254с.

5.Воробьев В.Н, Слагаемые здоровья, Минск. 223с.

6.Жирова Т.Н «Развитие целостного здорового образа жизни», Москва: Панорама 2005. 144с.