Конспект родительского собрания

 « Будьте здоровы!»

Предварительная работа:

* Оформить стенд «Мы хотим быть здоровыми».
* Сделать карточки с пословицами и поговорками о здоровье.
* Подготовить кроссворд «Физкульт-ура!» на листе ватмана.
* Оформить выставку литературы по закаливанию, физическому развитию, здоровому питанию дошкольников.
* Провести анкетирование родителей на тему «О здоровье вашего ребенка», которое поможет определить уровень знаний родителей по вопросам оздоровления ребенка, правильно организовать дискуссию по данной теме, выявить семьи, имеющие интересный опыт оздоровления ребенка.
* Пригласить на собрание старшую медсестру.

 Ход собрания.

На мольберте красочно обозначена тема собрания. Перед началом собрания родители знакомятся с материалами выставки литературы о сохранении и укреплении здоровья детей.

1.Добрый вечер, уважаемые родители! Мы очень рады видеть Вас на родительском собрании, посвященном одной из главных проблем семьи и детского сада – это здоровье наших детей.

Но в начале нашей встречи нам интересно узнать: «С каким настроением Вы пришли на собрание?» (*передача друг другу микрофона)*

2.Человек – это совершенство природы. Но для того, чтобы он мог пользоваться благами жизни, наслаждаться ее красотой, очень важно иметь здоровье.

« Здоровье – не все, но без здоровья – ничто»,- говорил Сократ. Еще до нас мудрые предки составили пословицы и поговорки о здоровье. На каждом столе лежат карточки, Я предлагаю прочитать свою пословицу вслух.

1. Береги платье снову, а здоровье смолоду.
2. Здоровье всего дороже, да и денег тоже.
3. Здоровье не купишь.
4. Здоров буду и денег добуду.
5. Лук от семи недуг.
6. Аппетит от больного бежит, а к здоровому катится.
7. Болен – лечись, а здоров – берегись.
8. Горьким лечат, а сладким калечат.
9. Здоровье всему голова.
10. Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – много потерял, здоровье потерял – все потерял.
11. Дал бы Бог здоровье, а счастье найдем.

Мы думаем, что Вы со всеми пословицами согласны, или есть такие, которые у вас вызвали чувство недоумения (несогласие)?(*ответы родителей*)

3.Как я уже говорила, что одной из главных проблем семьи и детского сада является здоровье детей. За последние годы оно имеет устойчивую тенденцию к ухудшению. Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успеха здравоохранения и на 50% - от образа жизни. Неблагоприятное экологическое состояние окружающей среды, предельно низкий социально-экономический уровень жизни населения страны привели к снижению защитно-приспособительных возможностей организма. Как сделать, чтобы сохранить и укрепить здоровье детей? Здоровье детей – забота всех. Поэтому в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех членов и условия проживания, во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени. Вряд ли можно найти родителей, которые не хотят, чтобы их дети росли здоровыми.

Ну, а каков он, по-вашему мнению, здоровый ребенок? (*из анкет*)

Вы, родители, и мы, педагоги, хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закаленными и здоровыми. Медицина давно пришла к выводу: нужна профилактика для здоровых людей. Что это такое? Конечно же это закаливание.

Результаты анкеты показывают, что родителями группы проводятся следующие виды закаливания с детьми…(*из анкет*)

О закаливании, о его видах расскажет медсестра…(*выступление*)

Вывод ясен: если вы хотите видеть своего ребенка здоровым – надо постоянно, каждодневно уделять время для закаливающих процедур.

4.Я предлагаю Вам отгадать кроссворд «Физкульт-ура!» По горизонтали зашифровано ключевое слово- «здоровье».

1. Комплекс гимнастических упражнений, выполняемый обычно по утрам *(зарядка*)
2. Двух-или трехколесное приспособление для езды, приводимое в движение педалями (*велосипед*)
3. Вид закаливания, основанный на ходьбе босиком по разным поверхностям *(босохождение*)
4. Спортивный атрибут, применяемый для вращения вокруг талии, и не только *(обруч*)
5. Напиток на основе целебных травянистых отваров (*фиточай*)
6. Органическое вещество, очень полезное для здоровой жизнедеятельности организма (*витамины*)
7. Цель для тренировочной стрельбы (*мишень)*
8. Спортивное устройство для тренировки определенной группы мышц (*тренажер*)

5.Двигательная активность – естественная потребность ребенка, такая же важная, как сон и еда. Для нормальной жизнедеятельности детского организма необходимо обеспечить ему от 6 до 13 тысяч движений в день. В детском саду организации двигательного режима уделяется большое внимание. Этому служат:

- утренняя гимнастика;

- физкультурные занятия;

- самостоятельная двигательная активность;

- динамические паузы на занятиях(физкультминутки);

- чередование статических и динамических видов занятий;

- подвижные игры на прогулках и др.

*Обратить внимание родителей на стенд «Мы хотим быть здоровыми».*

Важным условием укрепления здоровья ребенка является выполнение единого двигательного режима в детском саду и дома. В выходные дни этот вопрос можно решить с помощью занятий спортом, активного отдыха (*из анкет).*

6.Вот и мы с вами сейчас немного подвигаемся, представим себя в роли детей.

Солнце встало за окошком,

Потяни к нему ладошки (*руки вверх)*

Руки выше поднимаем,

А потом их опускаем (*руки вниз*)

Чтоб была красивой спинка,

Надо сделать нам разминку.

Руки в стороны, по швам

И согнулись пополам (*наклонились*)

Тик-так, тик-так –

Ходят часики вот так!(*руки на поясе, наклоны в сторону*)

По тропинке, по дорожке

Будут прыгать наши ножки (прыжки)

А теперь давайте вместе

Мы устроим бег на месте.

Раз, два, три, начинай, от меня не отставай! (*бег на месте*)

Вдох и выдох, наклонились!

Всем спасибо, потрудились!

7.Много тревог и волнений вызывает болезнь ребенка. Есть таблетки и лекарства, которые обычно назначает врач и есть народные средства лечения. Какие из средств помогают Вам вылечить ребенка от кашля, насморка?(*из анкет,обмен опытом)*

8.Хотелось бы подвести итог: основы здоровья закладываются в дошкольном возрасте и являются необходимым фактором благополучной жизни любого человека. Пусть в каждой семье господствует дух здоровья, культ здоровья! Пусть основное время на прогулках будет в движении: подвижными играми детей – оздоровим, себя – омолодим!

Предлагаю, одним словом выразить свое отношение к проведенному собранию (*передача микрофона*).

 Анкета

 «О здоровье вашего ребенка»

 Уважаемые родители!

Для подготовки и проведения родительского собрания на тему «Будьте здоровы!» нам необходимо знать ваше мнение по этой проблеме. Просим Вас ответить на предлагаемые вопросы. Будем благодарны, если Вы поделитесь своим положительным опытом оздоровления ребенка.

1. Что Вы делаете для профилактики простудных заболеваний вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Какие методы закаливания Вам известны?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какие методы закаливания Вы используете для укрепления здоровья своего ребенка?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Часто ли болеет Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Делаете ли Вы регулярно утреннюю гимнастику с ребенком дома?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Увлекается ли ваша семья какими либо видами спорта?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Какой детский спортивный инвентарь есть у вас дома?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Применяете ли Вы дополнительные способы защиты ребенка в период эпидемий,какие?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Какими средствами народной медицины Вы пользуетесь во время болезни ребенка?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Закончите, пожалуйста, высказывание: «Здоровый ребенок – это…».

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. По какому вопросу Вы бы хотели получить консультацию?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Спасибо за сотрудничество!