

## **Конспект родительского собрания**

### **«Семья — здоровый образ жизни»**

**Форма проведения:** круглый стол с элементами практикума.

**Продолжительность:** 1 –1.5 часа.

**Цели:** ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольника в детском саду и дома.

#### **Подготовительный этап:**

- Приготовить для родителей открытки – приглашения с указанием темы собрания.
- Провести анкетирование родителей «Условия здорового образа жизни в семье»
- Подготовить выступление медицинского работника.
- Провести индивидуальную работу с теми родителями, которые могут поделиться опытом оздоровительного воспитания в семье.
- Оказать помощь в подготовке презентации «Мама, папа, я – спортивная семья»
- Подготовить материал к тематической выставке (литература, нестандартное физкультурное оборудование и т. п.)
- Оформить конверт «дружеских вопросов» для родителей «Основные правила семейного воспитания».

Слайд с девизом собрания:

«Я не боюсь ещё и ещё 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)

#### **Ход мероприятия:**

##### **1. Организационный этап:**

- Вступительное слово воспитателя, который озвучивает тему и цель собрания, порядок его проведения.
- Избрание секретаря и рабочей группы, которая разработает проект решения собрания.
- Выступление воспитателя. (Приложение 1)

##### **2. Педагогический всеобуч.**

-  
-  
2.1. Выступление медицинского работника: «Правильная организация режима дня дошкольника». (Приложение 2)

- Презентация семьи «Папа, мама, я – спортивная семья».

2.3. Выступления родителей: «Если хочешь быть здоров – закаляйся»; «Играем с папой».

2.4. Обмен мнениями родителей.

### 3. Работа в группах.

- «Конверт дружеских вопросов». (Приложение В) Предлагается родителям разделить на две группы, первая высказывает отрицательное мнение на заданные вопросы, вторая положительное.
- Игра «Подскажи словечко». (Первая команда высказывает своё мнение: «Здоровье - это... », вторая команда дополняет. Затем начинает вторая команда: «Что бы быть здоровым, надо делать... », дополняет вторая команда).
- Игра «Самый креативный родитель».

Цель игры: Предложить родителям придумать, какие нестандартные предметы можно использовать при выполнении физзарядки.

4. *Выступление психолога дошкольного учреждения. Итоги анкетирования.* (Приложение 4)

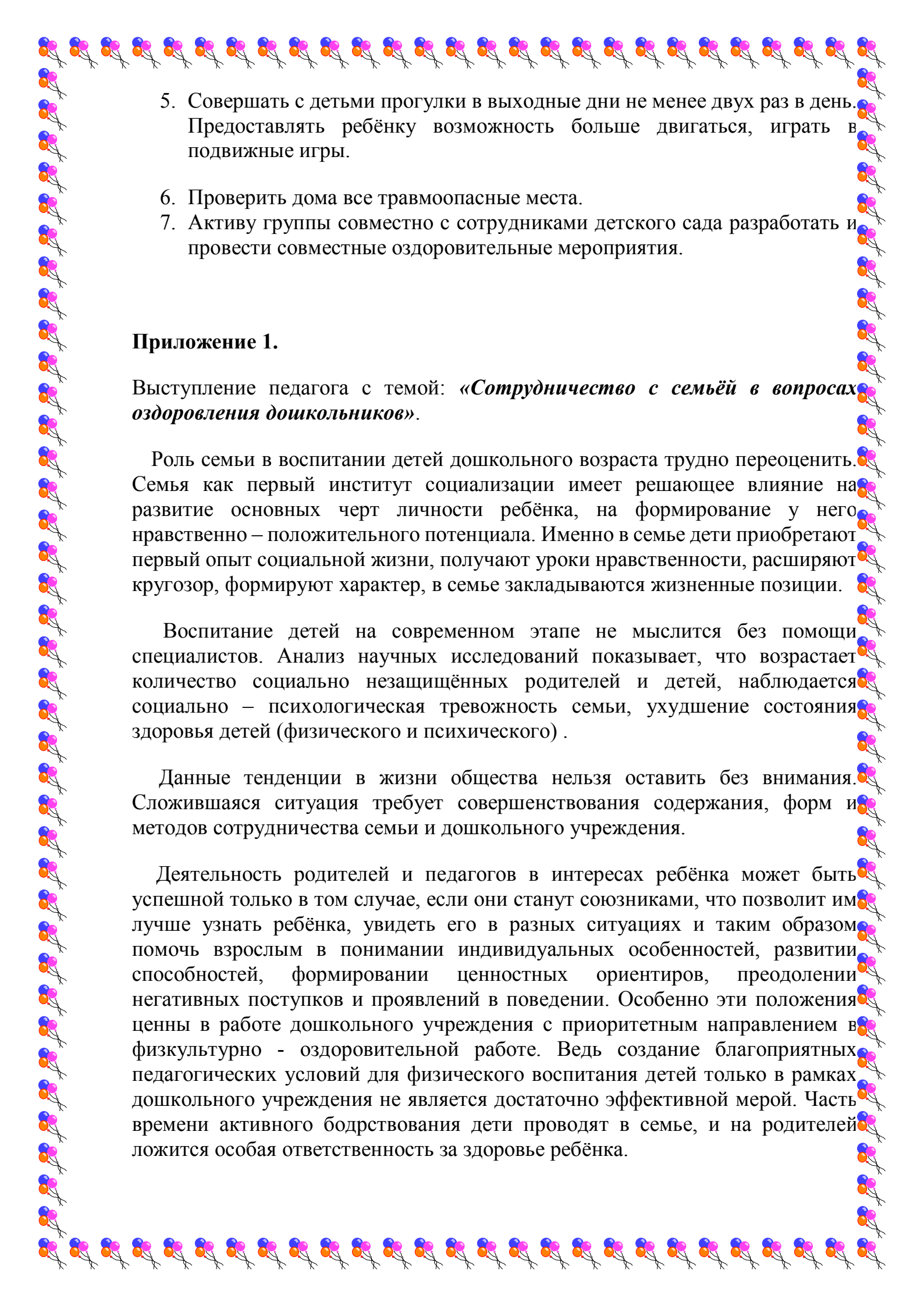
5. *Выставка литературы и нестандартного физкультурного оборудования.*

6. *Подведение итогов собрания.*

6.1. Принятие решения родительского собрания.

#### Вариант решения родительского собрания.

1. Использовать информацию, полученную на родительском собрании, для сохранения и укрепления здоровья детей.
2. Внедрять здоровый образ жизни в каждую семью.
3. Домашний режим ребёнка устанавливать в соответствии с режимом дня детского сада (особенно в выходные дни).
4. Систематически проводить закаливание ребёнка в условиях семьи.

- 
5. Совершать с детьми прогулки в выходные дни не менее двух раз в день. Предоставлять ребёнку возможность больше двигаться, играть в подвижные игры.
  6. Проверить дома все травмоопасные места.
  7. Активу группы совместно с сотрудниками детского сада разработать и провести совместные оздоровительные мероприятия.

## Приложение 1.

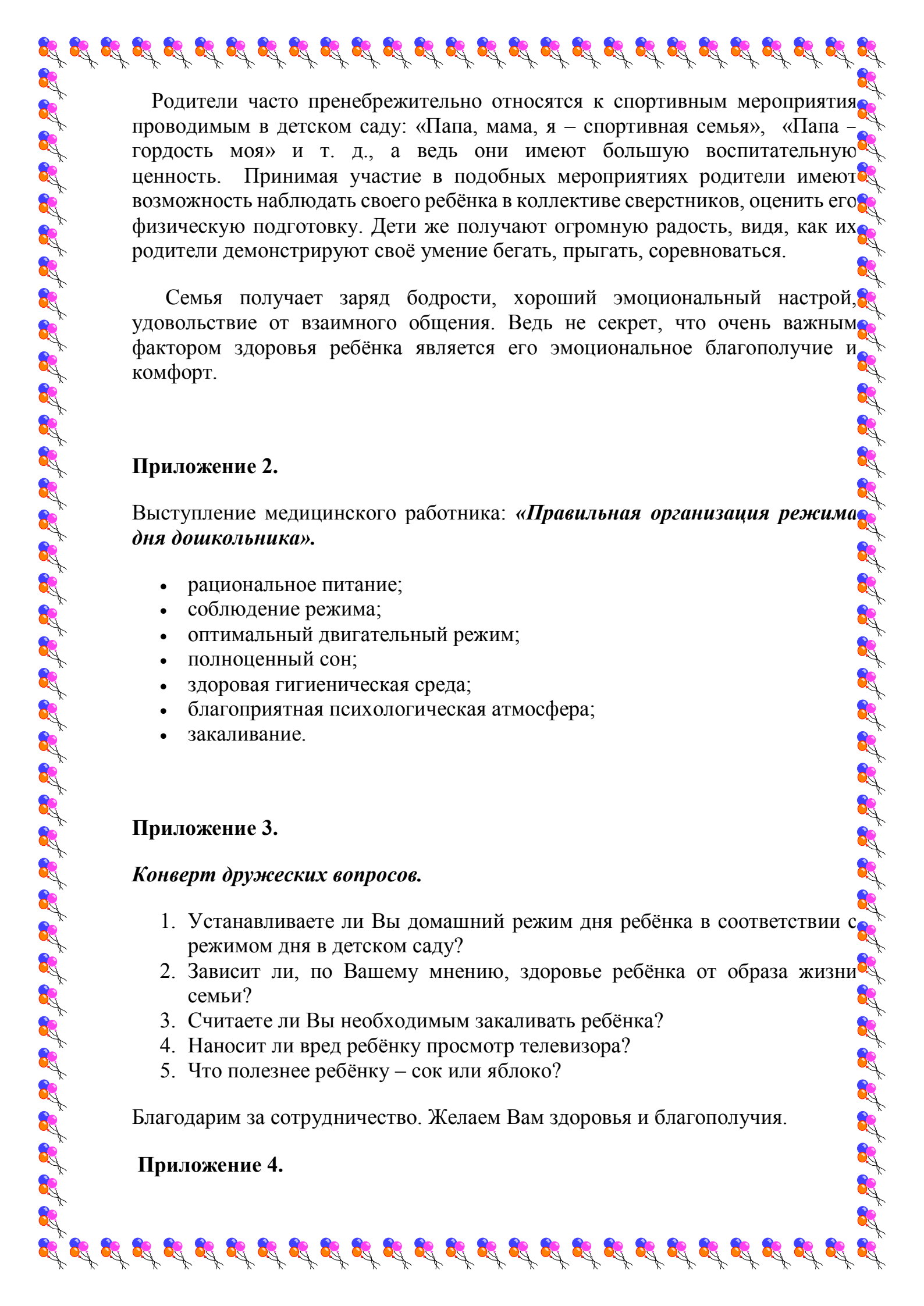
Выступление педагога с темой: *«Сотрудничество с семьёй в вопросах оздоровления дошкольников».*

Роль семьи в воспитании детей дошкольного возраста трудно переоценить. Семья как первый институт социализации имеет решающее влияние на развитие основных черт личности ребёнка, на формирование у него нравственно – положительного потенциала. Именно в семье дети приобретают первый опыт социальной жизни, получают уроки нравственности, расширяют кругозор, формируют характер, в семье закладываются жизненные позиции.

Воспитание детей на современном этапе не мыслится без помощи специалистов. Анализ научных исследований показывает, что возрастает количество социально незащищённых родителей и детей, наблюдается социально – психологическая тревожность семьи, ухудшение состояния здоровья детей (физического и психического) .

Данные тенденции в жизни общества нельзя оставить без внимания. Сложившаяся ситуация требует совершенствования содержания, форм и методов сотрудничества семьи и дошкольного учреждения.

Деятельность родителей и педагогов в интересах ребёнка может быть успешной только в том случае, если они станут союзниками, что позволит им лучше узнать ребёнка, увидеть его в разных ситуациях и таким образом помочь взрослым в понимании индивидуальных особенностей, развитии способностей, формировании ценностных ориентиров, преодолении негативных поступков и проявлений в поведении. Особенно эти положения ценны в работе дошкольного учреждения с приоритетным направлением в физкультурно - оздоровительной работе. Ведь создание благоприятных педагогических условий для физического воспитания детей только в рамках дошкольного учреждения не является достаточно эффективной мерой. Часть времени активного бодрствования дети проводят в семье, и на родителей ложится особая ответственность за здоровье ребёнка.



Родители часто пренебрежительно относятся к спортивным мероприятиям, проводимым в детском саду: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Папа – гордость моя» и т. д., а ведь они имеют большую воспитательную ценность. Принимая участие в подобных мероприятиях родители имеют возможность наблюдать своего ребёнка в коллективе сверстников, оценить его физическую подготовку. Дети же получают огромную радость, видя, как их родители демонстрируют своё умение бегать, прыгать, соревноваться.

Семья получает заряд бодрости, хороший эмоциональный настрой, удовольствие от взаимного общения. Ведь не секрет, что очень важным фактором здоровья ребёнка является его эмоциональное благополучие и комфорт.

## **Приложение 2.**

Выступление медицинского работника: *«Правильная организация режима дня дошкольника».*

- рациональное питание;
- соблюдение режима;
- оптимальный двигательный режим;
- полноценный сон;
- здоровая гигиеническая среда;
- благоприятная психологическая атмосфера;
- закаливание.

## **Приложение 3.**

*Конверт дружеских вопросов.*

1. Устанавливаете ли Вы домашний режим дня ребёнка в соответствии с режимом дня в детском саду?
2. Зависит ли, по Вашему мнению, здоровье ребёнка от образа жизни семьи?
3. Считаете ли Вы необходимым закалывать ребёнка?
4. Наносит ли вред ребёнку просмотр телевизора?
5. Что полезнее ребёнку – сок или яблоко?

Благодарим за сотрудничество. Желаем Вам здоровья и благополучия.

## **Приложение 4.**

## ***Уважаемые родители!***

Мы обращаемся к Вам с просьбой оказать нам содействие в исследовании влияния образа жизни детей в семье на представление ребенка о здоровье. Для этого Вам нужно заполнить анонимную анкету, которая лично для Вас не несет никаких негативных последствий. Последовательно, объективно отвечая на вопросы, выбирая, на Ваш взгляд, правильные ответы или записывая свое мнение, Вы без труда справитесь с этой работой. Надеемся на сотрудничество. Прочитав внимательно вопрос, ознакомьтесь с вариантами ответов на него. Ответ, наиболее точно отражающий Ваше мнение, подчеркните или напишите свой вариант.

### **« Условия здорового образа жизни в семье »**

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни? (Да, нет, иногда)
2. Используете ли полученные знания в воспитании Вашего ребенка?

( Да, нет, иногда)

3. Можно ли назвать образ жизни в вашей семье здоровым? (Да, нет, иногда)
4. Делаете ли Вы утреннюю гимнастику? (Да, нет, иногда)
5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? (Да, нет)
6. Как Вы организуете питание в Вашей семье? (полноценное питание, предпочтение отдаете каким-то одним видам продуктов, питаетесь регулярно, нерегулярно).
7. Как воздействует на вашего ребенка климат в семье? (положительно, отрицательно, не воздействует)
8. Что вы считаете здоровым образом жизни?

- 
9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни? (Да, нет)
  10. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей? (Да, нет)
  11. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми? (Да, нет, иногда)
  12. Вы сами здоровы? (Да, нет, затрудняюсь ответить)
  13. Часто ли болеет Ваш ребенок? (Да, нет)
  14. Каковы причины болезни Вашего ребенка? (недостаточное физическое воспитание в детском саду, семье, наследственность, предрасположенность)
  15. Сообщите, какие консультации Вы хотели бы получить по поводу здорового образа жизни для Вашего ребенка от воспитателя (не нуждаюсь в консультациях, хотел (а) бы получить консультацию на тему \_\_\_\_\_)

