

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение:
детский сад №16 комбинированного вида

Родительское собрание «Здоровый образ жизни»

(нетрадиционная форма проведения - деловая игра)



Составила воспитатель:
Ахметшина А.Н.

г. Кимовск

Цель:

- повышать педагогическое мастерство родителей по разделу «Здоровый образ жизни»;
- формировать у них ответственность за здоровье своих детей и свое здоровье , мотивацию на здоровый образ жизни.

План проведения:

1. Вступительные слова ведущих. Обозначение проблемы.
2. Разминка «Давайте все вместе»
3. Выполнение заданий взрослых совместно с детьми.
4. Сценка в исполнении детей «Витамины»
5. «Танец с лентами» в исполнении детей.
6. Подведение итогов - стихи в исполнении детей «Что такое здоровый образ жизни»
7. Принятие решения собрания.

Подготовительный этап:

1. Оформить к собранию мудрые мысли:
 - «Здоровье — дороже золота» (Вильям Шекспир)
 - «Движение — кладовая жизни» (Плутарх »)
 - «Люди должны осознать , что здоровый образ жизни — это личный успех каждого» (В.В.Путин)
 - «Самое большое открытие современного человека- это умение омолодить себя физически и духовно» (Брегг)
 - «Здоровый образ жизни семьи- залог здоровья ребенка»
2. Создать фотогазету «Физкульт- ура !»
3. За неделю раздать родителям пригласительные в виде открытки с тематикой родительского собрания.
4. Разучить с детьми стихи , сценку , танец , разминку .
5. Подготовить музыку к разминке .
6. Подготовить необходимый материал: кроссворд , картинки с изображением продуктов питания , конверты , на которых написано А , В , С , Д , девизы , напечатанные на листах , белый халат детский , шапочки для героев , листы бумаги , простые карандаши.
7. Поставить столы полукругом , приготовить стулья для родителей и детей.

Форма проведения : деловая игра .

Ведущий 1: Добрый вечер дорогие друзья и уважаемые гости !

Сегодня мы проводим встречу, которую посвящаем одной из важных тем наших дней- Здоровый образ жизни!

Здоровье человека-это главная ценность в жизни. Его не купишь не за какие деньги!

Будучи больным , вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на преодоление жизненных задач, не сможете полностью реализоваться в современном мире, а также не сможете воспитать своих детей здоровыми и жизнерадостными. Поэтому наша сегодняшняя встреча будет проходить под девизом « Мы за здоровый образ жизни !

Ведущий 2 : Мы очень рады встречи с вами. И только сегодня, и только сейчас , родители вспомнят свое детство и будут не только зрителями , но и участниками нашей игры « Здоровый образ жизни- залог здоровья «

Ведущий 1: Человек рождается на свет , чтоб творить , дерзать .И чтоб оставить в жизни след....

Ведущий 2 :Человек рождается на светДля чего ? Каждый ищет свой ответ !

Ведущий 1 : Человек- он ведь тоже природа . В жизни его есть восход и закат ...

Ведущий 2 : Проблема 21 века — как уберечь на земле человека ?

Ведущий 1 : Если у вас нет здоровья ,за деньги его не купить , но можно его в спортзале здорово укрепить.

Разминка « Давайте все вместе «

1.Давайте все хлопнем , как я (хлоп-хлоп)

Давайте все хлопнем, как я (хлоп-хлоп)

Давайте все вместе , давайте

Давайте все хлопнем , как я (хлоп-хлоп)

2.Давайте все топнем , как я (топ-топ)

Давайте все топнем, как я (топ-топ)

Давайте все вместе , давайте

Давайте все топнем , как я (топ-топ)

3.Давайте все прыгнем, как я (прыг- прыг)

Давайте все прыгнем , как я (прыг-прыг)

Давайте все вместе , давайте

Давайте все прыгнем , как я (прыг-прыг)

4Давайте все крикнем- « привет «
Давайте все крикнем- « привет «
Давайте все вместе , давайте
Давайте все крикнем-»привет»

Ведущий 2: А сейчас мы постараемся доказать друг другу и самим себе , что
« Здоровым быть здорово».

В игре участвуют две команды, приветствуем участников : команда.....
« Богатыри».(Предложить сказать девиз)

Девиз « Когда мы едины, мы не победимы»
Предложить сказать девиз)

Девиз « Не унывать, все пройти и все узнать»

Ведущий 2: Следить за нашим конкурсом будет строгое жюри в составе:

Заведующая детским садом - Валентина Федоровна
Логопед группы - Лариса Георгиевна
Психолог- Ирина Викторовна

Ведущий 1 : И так , начинаем игру. Конкурс 1- « Здоровье «

По утрам ты закаляйся ,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров-
Тут не нужно лишних слов.

Командам даются карточки с незаконченными пословицами о здоровье.
Задание - закончить пословицы и прочитать.

Чистота - (залог здоровья)
Здоровье дороже - (золота)
Чисто жить - (здоровым быть)
Здоровье в порядке - (спасибо зарядке)
Если хочешь быть здоров - (закаляйся)
В здоровом теле - (здоровый дух)

(Представитель команды зачитывает ответы)

Ведущий 2: Конкурс 2- « Здоровое питание»

Чтобы выглядеть здоровым нужно сильно постараться.
Заниматься чаще спортом, спать и правильно питаться.

Ешьте овощи и фрукты , в них так много витаминов,
Что полезно для здоровья и для сил необходимо.
Не забудьте о петрушке , лишь она украсит блюдо.
Что вы скажите подружке , если вдруг вам станет худо?
Кто поможет организму , неужели медицина ?
Лишь здоровое питание -вот , что вам необходимо.

Сценка в исполнении детей « Витамины» .

Входит мальчик , исполняющий роль Пилюлькина.

Пилюлькин : Здравствуйте , ребята ! Долго я шел и наконец- то добрался до вас.

Я хочу рассказать вам о своих друзьях.

Никогда не унываю,
И улыбка на лице ,
Потому что принимаю
Витамины А , В , С .

Если вы будете мало принимать витаминов , то будете плохо расти . Вы не будете бегать , прыгать , веселиться , потому-что у вас просто не будет сил .
И поэтому к вам будут приставать всякие злючки- болячки . И с ними трудно будет бороться. Ой , а я своих друзей Витаминов вижу среди вас , значит , они раньше меня добрались , Идите ко мне мои друзья.

Витамин А : Я , витамин А , очень нужен для зрения, абрикосах , арбузах.

Помни истину простую-
Лучше видит только тот ,
Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет .

Витамин В : Я , витамин В , помогаю сердцу , чтобы оно хорошо работало . Я есть в черном хлебе , в мясе , в геркулесе .

Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам
И не только по утрам.

Витамин С : Я , витамин С , укрепляю ваш организм , помогаю бороться с простудами . Я есть в апельсинах , лимонах , капусте , в петрушке , в шиповнике .

От простуды и ангины
Помогают апельсины ,
Ну , а лучше есть лимон ,
Хоть и очень кислый он .

Витамин Д : А я , Витамин Д , делаю ваши ноги и руки крепкими , укрепляю кости . Я есть в рыбьем жире , яйцах , молоке .

Рыбий жир всего полезней ,

Хоть противный — надо пить.

Он спасает от болезней .

А вам без них лучше жить .

Ведущий 1 : Спасибо вам , друзья , будьте нашими гостями .

Ведущий 2 : Задание родителям-необходимо внимательно рассмотреть картинки, на которых нарисованы продукты питания , определить какой они содержат витамин , разложить по пакетам .

(Работа родителей)

Ведущий 1 :

Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура.

Спортивный танец « Танец с лентами »

Ведущий 2 : Предложить представителям от команд заполнить кроссворд «Здоровый образ жизни »

Ведущий 1: Пока разгадывается кроссворд поочередно каждой команде загадаем загадки :

1. Эти фрукты не съедобны,

Но огромны и удобны.

Их иной спортсмен часами

Лупит сильно кулаками.

(Боксерские груши)

2. - Не пойму , ребята , кто вы?

Птицеловы ? Рыболовы ?

Что за невод во дворе ?

-Не мешал бы ты игре ,

Ты бы лучше отошел .

Мы играем в

(Волейбол)

3. Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу :

-Расскажите вот о чем

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет
Ежедневно , встав с постели .
Поднимаю я ...

(Гантели)

4. Мы проворные сестрицы ,
Быстро бегать мастерицы,
В дождь — лежим ,
В снег — бежим ,
Уж такой у нас режим.

(Лыжи)

5. Мои новые подружки
И блестящи и легки ,
И на льду со мной резвятся ,
И мороза не боятся.

(Коньки)

6. Болеть мне некогда , друзья ,
В футбол , хоккей играю я ,
И очень я собою горд .
Что дарит мне здоровье

(Спорт)

7. Чтобы здоровье было в порядке ,
Не забывают вы о

(Зарядке)

8. С клюшкой я скольжу по льду ,
Шайбу я вперед веду.
Подойду сейчас к воротам,
Гол забью я с разворота !

(Хоккеист)

9. Пас , атака и удар ,
Мяч опять попал в ворота !
Чтоб не справился вратарь ,
Игроку нужна сноровка.

10. Он лежать совсем не хочет.
Если бросишь , он подскочит.
Бросишь снова , мчится вскачь ,
Ну , конечно , это

(Мяч)

Ведущий 2 : Слово предоставляется жюри .

Ведущий 1 : В заключении нашей встречи вновь поговорят дети :

Ребенок 1 : Чтоб здоровье сохранить ,
Организм свой укрепить ,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.
Следует, ребята , знать
Нужно всем побольше спать.
Ну , а утром не лениться -
На зарядку становиться !

Ребенок 2 : Чистить зубы , умываться ,
И почаще улыбаться .
Закаляться , и тогда
Не страшна тебе хандра .
У здоровья есть враги ,
С ними дружбы не води !
Среди них тихоня лень ,
С ней борись ты каждый день.

Ребенок 3 : Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.
Кушать овощи и фрукты .
Рыбу , морепродукты -
Вот полезная еда ,
Витаминами полна !

Ребенок 4 : На прогулку выходи ,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе :
Одевайся по погоде!
Ну , а если уж случилось :
Разболеться получилось ,
Знай , к врачу тебе пора ,
Он поможет нам всегда !

Подведение итогов собрания.
Решение собрания.

Воспитать ребенка здоровым — это значит с самого детства научить его вести здоровый образ жизни. Компоненты здорового образа жизни :

- рациональный режим ;
- систематические физкультурные занятия ;
- закаливание ;
- правильное питание;
- благоприятная психологическая обстановка в семье-хорошие дружеские отношения, доверие и взаимопонимание, желание поделиться своими проблемами с близкими людьми, возможность найти поддержку и помощь , совместное проведение досуга.