**Родительское собрание в подготовительной группе «Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду и дома»**

**«Здоровье – это вершина, на которую человек должен   подняться сам».***И. Брахман*

**Цель:**Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей с современными здоровьесберегающими технологиями.
2. Познакомить с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.
3. Способствовать осознанному пониманию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.

**План проведения:**

1.Вступление «Здравствуйте».

2.Упражнение «Я умею думать, я умею рассуждать, что полезно для здоровья, то и буду выбирать»

3.Просмотр презентации «Физкультурно-оздоровительные мероприятия в детском саду».

4.Мастер-класс по проведению «Гимнастики для глаз», «Пальчиковой гимнастики», «Корригирующей гимнастики».

5. Рефлексия: «Дерево полезности проведенного собрания»

**Ход собрания.**

1 Вступление «Здравствуйте».

Здравствуйте, дорогие родители! (Ответ родителей)

Мы хотим не просто поприветствовать вас на нашем родительском собрании, а пожелать вам здравствовать - быть здоровыми.

А что для вас, уважаемые родители, означает слово здоровье? (Ответы родителей).

Есть разные определения что такое здоровье.

Физическое здоровье – это состояние органов и систем органов, жизненных функций организма.

Психическое здоровье – состояние психики, характеризующееся общим душевным равновесием.

Социальное здоровье – это система мотивов и ценностей, регулирующих поведение.

В любом случае мы с вами хотим вырастить здоровых, крепких и развитых детей.И поэтому тема нашего Родительского собрания: «Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду и дома».

Очень много факторов влияет на здоровье ребенка.

Отсюда видно, что очень важно нам (педагогам и родителям), как взрослым, от которых зависит здоровье ребенка создать такие условия для ребенка, чтобы его образ жизни сейчас и в будущем был "здоровым".

2.Упражнение «Я умею думать, я умею рассуждать, что полезно для здоровья, то и буду выбирать»

Воспитатель раздает «лепесточки цветка», на которых предлагает написать высказывания на тему: «Что нужно для того, чтобы быть здоровым?» Предлагают родителям собрать «Цветок». Родители пишут, прикрепляют «лепесток к середине». (Слайд 5)

Составляющие здоровья должны гармонично развиваться.

3.Задачи охраны и укрепления физического и психического здоровья детей являются приоритетными в детском саду. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, т. е. система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его развития, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и детей.

В условиях дошкольной организации основными формами работы по сбережению здоровья детей являются:

-Утренняя гимнастика - это важный элемент двигательного режима,

средство для поднятия эмоционального тонуса детей.

-Физкультурные занятия - это организованная форма обучения,

проводятся они в спортивном зале, на прогулке.

-Подвижные и спортивные игры - это игры с правилами, где

используются естественные движения и достижение цели не требует высоких физических напряжений.

-Пальчиковая гимнастика - это тренировка тонких движений пальцев

и кисти рук.

-Гимнастика для глаз - это упражнения для снятия глазного

напряжения.

-Артикуляционная гимнастика - это упражнения для формирования

правильного произношения: выработки полноценных движений губ, языка, челюсти.

-Бодрящая гимнастика - это переход от сна к бодрствованию через

Движения.

-Физкультминутки - это динамическиепаузы для профилактики переутомления на занятиях интеллектуального цикла.

-Корригирующая гимнастика - это система индивидуальных заданий,

направленных на профилактику плоскостопия и нарушений осанки.

-Физкультурные досуги.

-Спортивные праздники.

-Экскурсии.

Все вышеперечисленные формы работы оказывают свое положительное и эффективное воздействие на укрепление физического и психологического здоровья ребенка.

Но не стоит забывать о необходимости соблюдать:

-Режим дня-дисциплинирует детей, приучает к определенному ритму.

-Режим питания- включение в рацион продуктов, богатых витаминами, минералами, белком, а также соблюдение интервалов между приемами пищи.

-Личная гигиена.

-Прогулка - наиболее эффективный вид отдыха. Прогулка должна проводиться в любую погоду, за исключением неблагоприятных условий.

-Благоприятная психологическая обстановка в семье – хорошие дружеские взаимоотношения, доверие и взаимопонимание, желание поделиться своими проблемами с близкими людьми, возможность найти поддержку и помощь, совместное проведение досугов.

4.Здоровый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован.  В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Уважаемые родители, т.к. ваши дети бедующие первоклассники, мы сегодня хотим вас познакомитьс некоторыми упражнениями, которые помогут в учебе.

Мастер-класс по проведению «Гимнастики для глаз», «Пальчиковой гимнастики», «Корригирующей гимнастики».

5.Рефлексия: «Дерево полезности проведенного собрания»

 Ну, вот и подходит к концу наша встреча. Мы очень надеемся, что все то, о чем мы говорили было полезным.

  А теперь мы предлагаем взять по листику, красному, желтому или зеленому и приклеить его на наше ДЕРЕВО ПОЛЕЗНОСТИ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ.

Зеленый лист - разговор был полезен, мы стараемся придерживаться всех тех принципов, которые были названы или обязательно попробую выполнить ваши рекомендации.

Желтый лист – информация была полезной, но я не считаю, что важно выполнять все ваши рекомендации.

Красный лист – Информация не была полезной, ничего нового я не узнал.

Замечательно на нашем дереве много зеленых листьев, а это значит, что мы принимаем решение: …