

**Родительское собрание в форме викторины
в подготовительной группе:
«Здоровье дошкольника, задача общая». «Здоровый образ жизни»
Подготовили воспитатели: Н. А Подолук
Т. Г. Семиуголова**

Форма проведения: тематическая викторина.

Цель: Формирование у родителей устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья своих детей.

Задачи:

- Повысить уровень знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством викторины;
- Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.

Оборудование и материалы:

- ноутбук;
- буклеты « О здоровом питании и образе жизни»
- материал и пособия для проведения игр с родителями.

Предварительная работа.

1. Изготовление эмблем для родителей.
2. Разработка буклетов для родителей.
3. Подбор музыкального оформления.

План проведения:

1. Организационный момент - вступительное слово, объявление темы.
2. Выступление воспитателя, викторина с родителями.
3. Итог собрания.

Ход собрания:

Воспитатель встречает родителей.

При входе стоит столик, на котором лежат эмблемы двух команд. Родители берут понравившуюся им эмблему и садятся за стол с изображением этой эмблемы.

Воспитатель: Здравствуйте, уважаемые родители! Мы очень рады видеть вас на очередном родительском собрании. Но сегодняшнее собрание пройдет в необычной форме, в форме викторины.

А тема нашего собрания - здоровый образ жизни.

Итак, давайте разберемся, что же такое здоровый образ жизни.

1. Задание «Разминка»

Родители составляют перечень слагаемых здорового образа жизни, а воспитатель проверяет правильность ответов.

Воспитатель: Молодцы, родители! Вы совершенно верно говорите, что здоровый образ жизни – это прогулки, это правильное питание, это физкультура и спорт, это отсутствие вредных привычек и т. д.

Итак - здоровый образ жизни:

1 эмоциональное здоровье,

- 2 режим дня,
- 3 здоровое питание,
- 4 утренняя гимнастика,
- 5 физические упражнения и подвижные игры,
- 6 закаливание,
- 7 прогулки на свежем воздухе.

«Эмоциональное здоровье»

Вспомните, стоит нам улыбнуться – сразу становится легче, нахмуриться – подкрадывается грусть. Нахмурились – начал выделяться адреналин, способствующий грустному, тревожному настроению, улыбнулись – помогли другому гормону – эндорфину, обеспечивающему уверенное и бодрое настроение. Так своим настроением мы взрослые заражаем детей, поэтому давайте больше улыбаться и дарить радость друг другу.

Помните:

От того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день;
Как можно чаще улыбайтесь своему ребёнку; Поощряйте своего ребёнка жестами;
Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы о событиях в его жизни;
Ребёнок должен чувствовать, что он любим.

2. Задание « Интеллектуальное»

Задаётся каждой команде по 6 вопросов.

Для « Апельсина»

- 1.Что, согласно известному лозунгу, является залогом здоровья? (Чистота).**
- 2.Как называется наука о здоровье? (Валеология).**
- 3.Какие фрукты, овощи, растения используются для понижения температуры? (Малина, чеснок, липа, лимон и т. д.).**
- 4.В какое время года лучше всего начинать закаляться? (Летом).**
- 5. Назовите зимние виды спорта? Летние?**
- 6.Почему нельзя грызть ногти? (Это некрасиво, под ногтями – микробы, можно заболеть).**

Для « Улыбки»

- 1.Кто такие йоги? (Люди, занимающиеся гимнастикой, медитацией).**
- 2.Листья, какого растения используются при ушибе и кровотечении? (Лопух, подорожник).**
- 3.Сок, какого растения используется вместо йода? (Чистотел).**
- 4. Почему нельзя гладить бездомных и чужих кошек и собак? (можно подхватить лишай, клещей).**
- 5. Можно ли после бега сразу сесть, чтобы отдохнуть? (Нет. Нужно походить, чтобы кровь не застоялась в венах)**
- 6. Ч то мы понимаем под выражением «здоровый образ жизни».**

(Активную деятельность, направленную на улучшение и сохранение здоровья;)

3. Задание «Пословицы»

1 команде собрать пословицу - **Если не бегаешь пока здоров, придётся побегать, когда заболеешь;**

2 команде « Улыбка» собрать пословицу - **Береги платье с нову, а здоровье с молоду;**

4. Задание « Физкультминутка» - Зарядка

Звучит аудиозапись зарядки. Родителям предлагается выйти из-за столов и немного размяться. Выполнить несколько упражнений: «На зарядку становись!»

5. Задание « Поставь диагноз»

Для « Апельсина»

1 -С уди люди, суди Бог,

Как же я любила!

По морозу босиком к милому ходила

Диагноз: ОРЗ.

2- Горячее солнце, горячий песок,

Горячие губы, воды бы глоток.

Диагноз: Обезвоживание

3- Оранжевое небо оранжевое море

Оранжевая зелень оранжевый верблюд

Оранжевые мамы оранжевым ребятам

Оранжевые песни оранжево поют

Диагноз : дальтонизм

4- Замела метель дороги,

Скрылся сонный след.

Стынут руки, стынут ноги,

А его все нет.

Диагноз : Обморожение конечностей

5- Зачем,

Зачем по Невскому я шла?

Зачем,

Зачем я встретила тебя?

Зачем,

Тогда все развели мосты?

Зачем с тобой столкнулась я?

Зачем со мной столкнулся ты?

Диагноз : Склероз!

Для « Улыбки»

1- Но знаете, ходит парень

Возле дома моего.

Поморгает мне глазами

И не скажет ничего.

Диагноз: Нервный тик.

2- Может, это ветерок мои губы колышет?

Может, я тебе кричу, но ты меня не слышишь...

Диагноз: дистрофия, или анорексия!

3- Снова замерло все до рассвета,

Дверь не скрипнет, не вспыхнет огонь.

Только слышно на улице где-то

Одинокая бродит гармонь.

Диагноз: галлюцинации....

4- а по ночам мне снится конь,

рыжий конь,

Ко мне подходит рыжий конь,

рыжий конь,

В лицо мне дышит рыжий конь..

Косит лиловым глазом...

Диагноз: Белая горячка...

5- Ты мне не снишься,

Я тебе тоже,

И ничего мы

Сделать не можем...

Диагноз: бессонница!

6. Задание « Пантомима»

На листке написано название вида спорта. Одна команда показывает пантомиму, другие разгадывают, что за вид спорта был показан. За пантомиму команда получает 1 фишку

Конкурс «Изобрази вид спорта»

Для «Улыбки» - черлидинг, бодибилдинг, гребля на байдарках.

Для «Апельсина» - гимнастика художественная, пляжный волейбол, конькобежный спорт.

7. Задание « Загадки»

Для « Апельсина»

1). 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)

2) гладко, душисто, моет чисто,

Нужно, чтобы у каждого было.

Что это такое?

3) Костяная спинка,

На брюшке щетинка,

По частоколу прыгала,

Всю грязь повымыла. (Зубная щётка)

4) Зубаст, а не кусается.

Как он называется? (расчёска)

5). Белая река

В пещеру затекла,

По ручью выходит –

Со стен всё выводит.

(Зубная паста)

Для « Улыбки»

1). Что дороже денег?(Здоровье.)

2). Раз, два, три, четыре, пять,

Нужно правильно дышать.

Здесь поможет нам сноровка,

Упражнение, тренировка. (Дыхательная гимнастика)

3) что бежит без повода? (Вода).

4). Не стукнет, не брякнет,

А ко всякому подойдет. (Сон.)

5). Что никогда не лень делать? (Дышать.)

Подведение итогов игры и награждение родителей медалями

«За активное участие», «За старание».

Воспитатель: Уважаемые родители! Помните, что здоровье ребенка в Ваших руках! Вам необходимо создать условия здорового образа жизни ребенка.