Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №14 «Сказка»

**КРГЛЫЙ СТОЛ**

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**

**«ЗА ЗДОРОВЬЕМ В ДЕТСКИЙ САД»**

 Подготовила и провела инструктор

по физкультуре Васильева Н.В.

 Сентябрь 2017г

Уважаемые родители я очень рада встрече с вами.

В детский сад дети приходят с разным настроением. Проверим у вас какое сегодня настроение.

Сжатые ладошки – напряженное

Широко разведены руки – замечательное

Руки на коленях – спокойное

Все люди разные, но есть то, что нас объединяет и делает интересными друг другу

А сейчас я хочу посмотреть, есть ли у нас одинаковые интересы.

1. Выходят те родители, которые любят поспать и жмут друг другу руки.
2. Любят сладкое
3. Кто любит заниматься спортом выйдут и попрыгают на одной ноге.

Что самое ценное в жизни человека? Здоровье.

Что такое здоровье?

*Родители рассуждают*

*Здоровье – это состояние физического, душевного (психологического) и социального благополучия человека.*

Что для Вас важнее всего? Конечно же, здоровье ваших детей.

А сейчас я вам буду говорить пословицы о здоровье, а вы продолжите:

В здоровом теле – здоровый дух

Где здоровье – там красота

Движение – это жизнь

Если хочешь быть здоров – закаляйся

Пешком ходить – долго жить

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

А сейчас я вам предлагаю назвать пословицы и поговорки о здоровье.

**Здоровье – это понятие о жизни.**

**Будет здоровье – будет все**

**Здоровье на деньги не купишь**

**В здоровом теле – здоровый дух**

**Здоровье – это движение**

**Здоровому и врач не надобен**

Мы вместе ответили на этот вопрос, а теперь я вам предлагаю окунуться в мир детских размышлений о том, что самое ценное в жизни человека, кого можно назвать здоровым, как им стать и помочь человеку, если он не здоров.

*Зачитать ответы их детей. «Что думают современные дошкольники о здоровье»*

Для нас очень важно иметь представление об особенностях детских рассуждений, их своеобразии. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья. Поэтому и встает вопрос о предупреждающей работе, о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Как укрепить здоровье детей, избежать болезней?

Эти вопросы волнуют и вас, родителей и нас педагогов, так как мы хотим, чтобы наши дети стали сильными и выходили в жизнь, не только знающими, но и здоровыми. Что же мы с вами можем сделать, чтобы ребенок не терял здоровье? Как же его сохранить и укрепить? *Ответы родителей*

Правильно. Чтобы воспитать ребенка здоровым значит, с раннего детства научить вести здоровый образ жизни.

ОСНОВНЫЕ ЕГО УСЛОВИЯ:

1.Ежедневные прогулки.

2.Правильное питание.

3.Соблюдение режима дня.

4.Благоприятная психологическая обстановка в семье.

5.Закаливание. *Смотреть приложение*

6.И, конечно же, одним из главных условий здоровья являются занятия физической культурой.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды игровой деятельности.

Главная составляющая моей работы – это разнообразие форм двигательной активности детей.

На занятиях по физкультуре решаем комплекс оздоровительных и образовательных задач (что мы и попробуем сейчас с вами сделать)

1.Для начала мы проведем практикум т.е. вводную часть, а называется она «Бумажная история» *Смотреть приложение*

На занятиях мы используем:

2.Дыхательная гимнастика (вот свернулся еж клубком) учимся правильно дышать

3.Пальчиковая гимнастика (паучок ползет по ветке)когда хочется повеселиться, например, такую гимнастику «пельмешки»

4.Гимнастику для глаз ( вот к нам жук прилетел)

5.Что любят дети больше всего – это подвижная игра.

( места мало, не побегать) проведу мастер класс «игра в жизни в ребенка»

Заканчиваем занятие игровым массажем или малоподвижной игрой

Попробуем «Найди и промолчи»

Игровой массаж и малоподвижная игра.

«Дождик»

Дождик, дождик нужно нам расходиться по домам *пальчиками стучать*

Гром, гром как из пушек *ребром ладони*

Нынче праздник для лягушек

Град, град сыплет град *кулачками*

Все под крышами сидят

Только мой братишка в луже *похлапывание*

Ловит рыбку нам на ужин.

А сейчас мы поговорим о продолжении работы спортивного семейного клуба «Удальцы»

**СЕМЕЙНЫЙ КЛУБ**

**Познакомить с планом мероприятий на год.**

**Предложить выпустить стенгазету «Как я провел спортивное лето»**

**Заполнить анкету.**

**Берегите своих детей, занимайтесь вместе физическими упражнениями, это детям будет в радость. Показывайте на собственном примере. Давайте объединим наши усилия, чтобы детям было комфортно.**

**Спасибо!**