|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Родительское собрание  **« Быть здоровым – это здорово!»**  «Здравствуйте!». Это слово одно из первых, главных. Вы услышали его сразу, как только начали ходить, жить, говорить. Нет дня, чтобы человек не произнес его. Проснулся и открыл глаза: «Здравствуйте!». Так на Земле начинается день. «Здравствуйте!»  Кажется на первый взгляд, какое оно простое и самое обыкновенное слово. А какое оно солнечное! И сколько радости, света несет в себе! В нем все: и тепло, и встречи, и рукопожатие друзей, и пожелание здоровья. «Здравствуйте!»,- говорят люди. Одно только «здравствуйте!» -а на лицах улыбки и беседа дружней.  На современном этапе проблема профилактики здоровья, формирования у детей дошкольного возраста здорового образа жизни является одной из самых актуальных. Необходимость воспитания культуры здоровья подчеркивают исследования отечественных и зарубежных ученых подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7 - 8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. Перед нами, взрослыми (родителями и педагогами) стоит очень важная задача – воспитать человека 21 века – человека здорового физически, нравственно и духовно, человека всесторонне и гармонически развитого. От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить навыки ЗОЖ у детей в дошкольном детстве, зависит в последующем реальный образ жизни и здоровье человека. **Солнышко Здоровья**  **(**В центре круг с надписью ЗОЖ)  лучи:   * Рациональное питание * Эмоциональное благополучие * Профилактика заболеваний * Двигательная активность * Соблюдение правил личной гигиены * Отказ от вредных привычек * Оптимальное сочетание труда и отдыха   Давайте вместе подумаем, какие компоненты составляют основу ЗОЖ, если вы называете правильно, у нашего солнца Здоровья будет появляться лучик (родители называют, воспитатель выкладывает солнце). Я от души желаю, чтобы вашу жизнь освещало только такое жаркое солнышко, не омраченное вредными привычками, болезнями, плохим настроением, и тогда в Вашей семейной жизни будет здоровье, счастье, любовь и взаимопонимание.  **Рассматривание фото-выставки «С мамой, папой на старт»**  Мы с ребятами времени зря не теряли.  Энциклопедию здоровья вместе составляли  Для Вас энциклопедию оживим и покажем  О том, как трудились над ней, Вам расскажем.  (выступление детей)  Вы на нас посмотрели – мы для Вас постарались. Только просто смотреть недостаточно. Здоровье можно сравнить с крутой лестницей. Чтобы его достичь, и даже просто сохранить нужно постоянно делать над собой усилия – подниматься по ступеням здоровья. А что это за ступени мы узнаем, разгадав кроссворд.  **Кроссворд «Ступени здоровья»**   |  |  | | --- | --- | | 1. Основной и любимый вид деятельности детей. 2. Гимнастический предмет для совершенствования талии 3. Кружок физического воспитания 4. Один из видов движения 5. Гимнастические танцы под музыку 6. Вид спорта 7. Один из способов пробуждения организма 8. Один из видов профилактики заболеваний | 1. Игра 2. Обруч 3. Секция 4. Метание 5. Аэробика 6. Баскетбол 7. Гимнастика 8. Закаливание | |

Дети исполняют песенку «Веселая зверобика»

Игра « Полезные и вредные продукты»

Игры «Кому, что нужно для занятий спортом»

Дети читают стихи.

Здоровый образ жизни!  
Полезен он для всех.  
Здоровый образ жизни!  
Удача и успех.  
Здоровый образ жизни!  
Со мной ты навсегда.  
Здоровый образ жизни!  
Моя это судьба.

Здоровый образ жизни,  
Будь у всех в крови!  
Здоровый образ жизни!  
Утром поднялся и беги.  
Здоровый образ жизни!  
Свежий воздух вдохни.  
Здоровый образ жизни!  
Счастливым будешь ты!

В заключении родителям раздаются буклеты «Здоровым быть – здорово»