**Родительское собрание «Если хочешь быть здоров!»**

Предварительная работа:

1. Анкетирование родителей.
2. Оформление стенда «Мы хотим быть здоровыми» (фотографии детей, занимающихся физкультурой, играющих в подвижные игры…).
3. Оформление стенда «Лекарственные травы».
4. Изготовление (вместе с детьми) пригласительных билетов для родителей.
5. Подготовка (вместе с родителями) к чаепитию.

Ход собрания:

1. Инструктор по физической культуре  встречает родителей в зале, объявляет тему собрания, знакомит с намеченными мероприятиями (о них подробно сказано в пригласительных билетах).

В спортивном зале появляются дети в спортивной форме, выстраиваются полукругом. Раздается стук в дверь – входит Бом с шерстяным шарфом.

Инструктор по физической культуре и дети: Здравствуй, Бом!

Бом (простуженным голосом): Здравствуйте!

Инструктор по физической культуре: А почему ты так одет?

Бом (чихая): У меня печальный вид, голова моя болит, я чихаю, я охрип…

Инструктор по физической культуре: Что такое?

Бом: Это грипп.

Инструктор по физической культуре: Грипп? А вот наши дети не болеют.

Бом: Не болеют?

Инструктор по физической культуре: Не болеют, почему? Послушай.

1-й ребенок: Каждый день по утрам мы делаем зарядку. Очень нравится нам делать все по порядку.

2-й ребенок: Весело шагать!

3-й ребенок: Руки поднимать!

4-й ребенок: Приседать!

5-й ребенок: Бегать и скакать!

Инструктор по физической культуре: Здоровье в порядке?

Дети: Спасибо зарядке!

Инструктор по физической культуре: Кто из вас знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?

Дети: Солнце, воздух, и вода – наши лучшие друзья!

6-й ребенок: Спорт любите с детских лет – будете здоровы!

Инструктор по физической культуре: Ну-ка дружно, детвора, крикнем все

Дети: Физкульт –Ура!

7-й ребенок: Если хочешь быть умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым…

8-й ребенок: Научись любить скакалки, вожжи, обручи и палки!

9-й ребенок: никогда не унывай, в цель ты точно попадай!

10-й ребенок: Мячик новый есть у нас, мы играем целый час. Я бросаю – ты поймай! А уронишь – поднимай!

Дети играют в мяч под музыку.

11-й ребенок: Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно по утрам мы зарядку делаем. К солнцу руки поднимаем; дружно весело шагаем, приседаем и встаем и ничуть не устаем.

Дети выполняют «Упражнение с флажками» и уходят вместе с Бомом, который говорит, что тоже будет делать зарядку.

1. Беседа на тему «Закаливание – залог здоровья»; ответы на вопросы родителей.
2. Демонстрация (на кукле) медсестрой детского сада простейших процедур, выполнять которые должны уметь все родители (как ставить градусники, горчичники; делать компресс и растирания; закапывать капли в нос, уши, глаза).
3. В спортивном зале появляется Доктор Айболит. Он проводит разминку с родителями:

Прошу всех прямо встать

И то, что скажу, всем выполнять.

Дышите… Не дышите…

Наклонитесь… Улыбнитесь…

На «один – два» быстро сядьте,

На «три – четыре» быстро встаньте.

Наклонитесь вправо – влево

И вдохните глубоко!

Доктор Айболит беседует с родителями на тему «Народные и нетрадиционные средства лечения простудных заболеваний, их профилактика и закаливания», выслушивает родителей.

1. Инструктор по физической культуре анализирует анкеты, подводит итоги анкетирования.
2. Инструктор приглашает родителей отправиться в путешествие в Спортландию вместе с детьми, которые вновь появляются в зале. Выбирается жюри. Проводятся соревнования, в которых участвуют две пары – дети и их родители (папа или мама).

* «Кто скорее добежит в обруче до флажка»

Ребенок  (родитель) в обруче бежит до флажка, огибая расставленные кегли, возвращается, забирает следующего;  они вдвоем делают то же и т.д.

* «Лягушка»

По сигналу участники должны первыми добраться до финиша, прыгая, как лягушка.

* «Не задень»

Прыгая на одной ноге и стараясь не сбить кегли, надо как можно быстрее добраться до флажка и поднять его.

Жюри определяет победителя. Призы – витамины.

1. В конце собрания проводится совместное чаепитие с сиропом шиповника (под тихую музыку); организуется просмотр диафильмов «Мойдодыр» и «Доктор Айболит».