

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №3»

Родительское собрание

«Азбука

здорового образа

ЖИЗНИ»

В здоровом теле – здоровый дух

◆ У природы есть закон –
счастливым будет только
тот, кто здоровье
сбережет. Прочь
гони-ка все хворобы!

Почуйсь-ка быть
здоровым!



Подготовила воспитатель
Кобец Татьяна Петровна

г. Вилючинск
2018 год

Народная мудрость гласит

«Деньги потерял – ничего не потерял.

Время потерял – много потерял.

Здоровье потерял – все потерял!»

Интеллектуальная игра

«КРИСТАЛИК ЗДОРОВЬЯ»



1 конкурс

Это задание команде «Совушки»

- Что, в Вашем представлении, есть здоровый образ жизни?
- В чем просчеты ДООУ в решении задачи сохранения и укрепления здоровья наших детей?
- Дайте советы педагогам, которые, на Ваш взгляд, помогут преодолеть эти просчеты.

1 конкурс

Это задание для команды *«Воробышки»*

- Что такое здоровый образ жизни?
- Что мы делаем в детском саду, чтоб вы были здоровы?
- Ребята, что Вы посоветуете малышам: что им нужно делать, чтобы быть здоровыми?

2 конкурс

Для команды «Совушки»

- Дайте определение что такое ЗОЖ?

Здоровый образ жизни – это

Ответ:



2 конкурс

Для команды «Воробышки»

- Ребята, назовите, составные части здорового образа жизни ребенка.

Ответ:



3 конкурс

Для команды «Совушки»

- Секрет этой гармонии прост — ...

Здоровый Образ Жизни

- А, по вашему мнению, каков он здоровый ребёнок?

Активный
Веселый
Любознательный

- Движение – это ...

Жизнь

3 конкурс

Для команды «Воробышки»

- Рано утром не ленись, ...

На зарядку становись

- Если день начать с зарядки – значит, ...

- Я здоровье сберегу, ...

Сам себе я помогу

Все
будет
в порядке

Пальчиковая гимнастика

РАЗМИНКА



Дыхательная гимнастика

Носиком дышу свободно,
Тише, громче, как угодно.

Без дыханья жизни нет,
Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,
Дышим он, и я, и ты.

Массаж спины в парах

Рельсы, рельсы, шпалы, шпалы
Едет поезд запоздалый ...
Ту-ту!
Из последнего вагона
Вдруг посыпался горох!
Пришли куры – поклевали,
Пришли гуси – пощипали,
Пришел слон – потоптал,

Пришла слониха – потоптала,
Пришел слоненок – потоптал,
Пришла лисичка – замела.
Пришел директор,
Принес стол, стул,
Стал писать письмо:
«Я купил жене и дочке
И крючочки, и звоночки».

4 конкурс

Для команды «Совушки»

- Сколько времени проводит ребёнок на свежем воздухе в будни, в выходные дни?
- Какие формы закаливания вы можете предложить для проведения их в детском саду?

2 конкурс

Для команды «Воробышки»

- Какими видами спорта увлекаются члены вашей семьи?
- Игра «Что лишнее?»

Игра «Что лишнее?»



Ребята,



давайте вести здоровый образ жизни.

Наш ответ:



Спасибо за внимание!



**«Дружно, смело, с
ОПТИМИЗМОМ – за
здоровый образ жизни!»**

