**Сценарий фрагмента родительского собрания «Океан здоровья»**

**Цель:** приобщать родительскую общественность вести здоровый образ жизни.

**Задачи:**

- познакомить родителей с навыками ЗОЖ.

- привлекать родителей и их детей к ведению здорового образа жизни.

- пополнить знания и умения родителей по сохранению здороовья своих близких.

- развивать умение высказывать свое мнение и прислушиваться к мнению окружающих.

**Оборудование:** поле с авторской игрой «Океан здоровья», карточки с вопросами в соответствии с цветом игрового поля (приложение 1 прилагается), фишки для продвижения по игровому полю, кубик, буклеты по ЗОЖ, шкатулка для буклетов.

**Примерный план родительского собрания.**

Воспитатель:

- Уважаемые родители! Тема нашего родительского собрания «Здоровье детей». Как вы думаете, что такое «здоровье» и как его можно сохранить? (ответы родителей, в том числе про ЗОЖ).

- Конечно вы правы, имея ввиду ЗОЖ! Я рада, что вы понимаете значимость этой проблемы. Чтобы актуализировать знания по данной проблеме, я предлагаю вам игру-бродилку «Океан здоровья». На каждом острове есть соответствующие карточки с вопросами, на которые вам предлагается ответить. В конце игры вы найдете сундук с сокровищем. Кто первый приходит к финишу – тот становится победителем игры, а значит «Знатоком ЗОЖ».

- Как определим, чей ход будет первым? (родители решают и выбирают). Кидаем кубик и начинаем игру «Океан здоровья».

Родители кидают кубик и вытягивают карточки с вопросами, обсуждают их, высказывают свои мнения, анализируют. Определяется победитель игры в соответствии с первенством окончания игры.

Воспитатель:

- Мы нашли сундук с сокровищами. (родителям передается шкатулка с буклетами по ЗОЖ). Открывайте сундучок! Что там находится? Как вы думаете, зачем это?

**Рефлексия:**

- Что важного для своего жизненного багажа вы сегодня почерпнули из нашей встречи? (родители высказывают свои мнения). Спасибо вам за встречу!

**Приложение 1 к сценарию родительского собрания.**

Игровое поле авторской игры-бродилки «Океан здоровья». Цветные фишки по количеству игроков и кубик. Перечень вопросов для карточек на игровое поле в соответствии с цветовой гаммой изображенных океанических островов ЗОЖ.

**1. Оранжевый остров вакцинации:**

- Как вы думаете, зачем нужна вакцинация людям?

- Делаете ли вы вакцинацию себе и своему ребенку? Почему и зачем?

- Назовите прививки по возрасту, которые вы делаете своим детям?

- Как вы относитесь к призывам делать/не делать вакцинацию?

- Что такое «коллективный иммунитет»?

2. **Фиолетовый остров фитнеса и спорта.**

- Занимается ли ваша семья спортом (фитнесом)? Покажи свое самое интересное спортивное упражнение.

- Какой тренажер больше всего нравится использовать в тренажерном зале? Что этот тренажер развивает?

- Как вы думаете, какие качества характера могут развивать посещение спортзала?

- Что вы чувствуете (какие эмоции) после посещения спортзала?

- Почему ходите / не ходите в спортзал (на фитнес)?

3. **Розовый остров вредных привычек.**

- Что вы можете посоветовать нам по преодолению своих зависимостей от вредных привычек?

- Что такое «вредные привычки»? Есть ли у вас вредные привычки?

- Что будете делать, если у вашего ребенка со временем появятся вредные привычки? Несколько ваших советов для нас по исключению детских вредных привычек.

- Что надо делать, чтобы в жизни вредные привычки не главенствовали над человеком?

4 **Красный остров витаминизации**.

- Ваш ребенок отказывается от употребления овощей и фруктов. Как преодолеть этот отказ и обогатить его пищу натуральными витаминами?

- Что делать, если ребенок не ест определенное блюдо, а в нем большое количество витаминов (например рыбные блюда)?

- Назовите знакомые витамины и их нахождение в определенных продуктах или овощах и фруктах.

- Что такое «Правильное питание»? Расскажите о своем любимом рецепте полезного блюда.

5 **Желтый остров туризма и путешествий:**

- Какие правила безопасности используете в путешествии для своих детей? - Каким видам туризма вы отдаете предпочтение? (пляжный туризм, горный туризм?)

- Куда вы в последний раз путешествовали и какой вид транспорта выбрали?

- Любит ли ваша семья путешествия и туризм? Почему?

- Куда любите путешествовать и ездить в отпуске?

- Как вы думаете, почему людям важно путешествовать время от времени.