

Конспект

игры — соревнования детей совместно с родителями
для нетрадиционной формы проведения
родительского собрания
на тему: «Путешествие по городу Здравейка!»
в средней группе

Воспитатель: Журкова Т.В.

Цель: Определить актуальность проблемы, "здоровья" в настоящее время, выявить причины, мешающие ребенку быть здоровым в детском саду, выбрать путь реализации задач по сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи:

1.Формировать у родителей и детей представление о необходимости заботы о своём здоровье, о важности выполнения всех правил здоровья, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

2.Развивать у детей речь, логическое мышление, ручную и артикуляционную моторику, память и внимание.

3.Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру. Закрепить элементарные соблюдения правил личной гигиены.

Предшествующая работа: Рассматривание овощей и фруктов; беседы о пользе витаминов; о правильном питании и здоровье; гигиене тела; отгадывание загадок; пословицы о здоровье. Дидактические и сюжетно-ролевые игры: «Сварим обед», «Магазин полезных продуктов», «Правила питания», «Что хорошо, а что плохо?».

Оборудование: Плакаты с изображением станций, витаминов А, В, С; муляжи фруктов; две карточки кастрюль для супа и компота; карточки с овощами и фруктами; силуэт банки для сока и варенья с кармашками; ширма с яблоней и избушкой на курьих ножках; костюм для Машеньки и Иванушки; Карточки с изображением правил личной гигиены.

Ход игры - соревнования.

Здравствуйте, уважаемые родители. Нам очень приятно приветствовать вас!

Презентация «Оздоровительная работа в детском саду». (факторы влияющие на здоровье в целом)

Вед: Просмотрев слайды, мы хотим задать вам вопрос: Как вы думаете, о чем пойдет сегодня речь?

Родители: О здоровье наших детей.

Вед: Сегодня мы хотели с вами поговорить на очень важную тему – о здоровье наших детей в целом! Как вы думаете, что такое здоровье? (суждения родителей).

Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Особенно волнует проблема сохранение и укрепление здоровья наших детей.

Да, некоторые из вас понимают, что же такое здоровье! Но не все знают, что же надо делать для того, чтобы быть здоровыми; но не у всех родителей хватает времени на своих детей (все мы занятые люди, у нас работа, дом, проблемы, быт), подчас не успеваем уделить своему ребенку минутку, чтоб лишний раз поиграть, погулять и даже выполнять простейшие культурно-гигиенические правила по сохранению и укреплению здоровья.

Как вы думаете, что влияет на здоровье наших детей? (Показываю плакат с изображением цветка- ребенка. Названные родителями факторы прикрепляю на плакат, получается картина.) Вы совершенно правы! Конечно же болезни. Они наступают от экологических проблем (загрязненный воздух, вода и почва), но эти проблемы создали мы сами; наступают от наших вредных привычек, когда мы отравляем себя табаком или алкоголем, но эти привычки выбираем мы сами; наступают даже от наших плохих мыслей, неправильного питания, стрессов, переутомления, хронического недосыпа, малоподвижного образа жизни, но эти проблемы мы создаем себе сами.

Мы сами губим свое здоровье!

Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу воспитателям и родителям нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребенка, системно и сообща. Ребенок – как пирамидка, в которого мы колечко за колечком вкладываем знания и умения. А для того чтоб пирамидка не сломалась, нам стоит поддерживать детский интерес к жизни, ко всему новому!

А для этого предлагаю вам отправиться вместе с вашими детьми в путешествие по стране «Здоровейка»

Вед. У нас сегодня урок здоровья. Быть здоровыми хотят и взрослые, и дети.

Как здоровье сохранить? Кто может мне ответить?

А ответят вам ваши дети! Встречайте их!

Под спокойную музыку дети заходят в зал и садятся на свои стульчики.

Вед. Все собрались? Все здоровы? Думать и играть готовы?

Внимание! Внимание! Начинаем путешествие – соревнования!

Взрослые и малыши веселитесь от души!

Будем бегать, прыгать, спортом заниматься,

Чтоб в хорошей форме навсегда остаться!

Вед: У нас 2 команды «Неболейка» и «Крепыш».

Педагог. – А вот и первая станция! А называется она овощная станция. А живет на ней наш друг Поварёнок! Он приготовил интересную подвижную игру «Огород»

Как-то вечером на грядке

Репы, свеклы, редьки, лук

Поиграть решили в прятки,

Но сначала встали в круг.

Рассчитались четко тут же:

Раз, два, три, четыре, пять.

Прячься лучше, прячься глубже,

Ну а ты иди искать.

Дети идут по кругу, взявшись за руки, в центре сидит водящий с завязанными глазами.

Останавливаются, крутят водящего.

Разбегаются, приседают,

водящий их ищет

Педагог. – Молодцы! Правильно справились с заданием! А Поварёнок приготовил и для родителей задание, выходите в круг, поиграем в игру «Вершки и корешки». Я буду называть овощи, а вы подумайте, что употребляют в пищу вершки ли корешки. Когда скажу вершки – вы стоите, подняв руки, когда скажу корешки – садитесь и изображаете руками корешки. Будьте внимательны! (Играем 4-5 раз). А ваши дети проверят вас! Молодцы!

Вед: Дети. Как вы думаете, кто из овощей все вкусней и нужней?

Кто при всех болезнях будет всех полезней? (ответ детей)

Вед: . – Ссориться совсем не нужно, чтоб здоровым сильным быть

Надо овощи любить, все без исключения!

Ешьте больше овощей, будете вы здоровей!

Педагог. – Понравилось? Молодцы! А нам пора спешить на следующую станцию, её жители уже ждут нас! На этой станции растет яблонька не простая, а волшебная. Слышите!

Яблонька шумит листвою,
Словно говорит со мною:
«Яблочек тебе не надо?
Угостить всегда я рада!»

Посмотрите, яблочки не простые, (красные для родителей, а желтые для детей) на яблочках у неё загадки. Если мы отгадаем загадки, тогда узнаем название станции!

✓ Апельсина желтый брат
И никто не виноват
Что ужасно кислый он,
Это маленький ...лимон

✓ На высокой ветке зреет
Словно лампочка желтеет
И блестит, как после душа
Ну конечно, это...груша

✓ Оранжевый, круглый ты откуда?
Прямо с солнечного юга.
Сам на солнышко похож
Можешь съесть меня, но только
Раздели сперва на дольки...апельсин

✓ Жарким солнышком согрет,
В шкурку, как в броню, одет.
Удивит собою нас

Толстокожий... ананас

✓ Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран
В тропиках растет... банан

✓ Апельсина брат меньшей,
Потому как небольшой. мандарин
Само с кулачок, красный бочок,
Потрогаешь - гладко, откусишь -
сладко. ..Яблоко

✓ Плод этот сладкий
И круглый, и гладкий.
Внутри он душистый
Снаружи пушистый. ..персик

✓ Маленькая печка с красными
угольками...гранат

Педагог. – Правильно! Дети как всё назвать одним словом? (фрукты) Родители кто догадался, какая нас ждет станция? (Фруктовая станция.)

Вед: А яблонька предлагает нам поиграть в игру «Полезные соки и варенья». Буду показывать вам баночку сока или банку варенья с картинкой. Ваша задача правильно назвать, как называется сок или варенье из разных фруктов. Будьте очень внимательны! (Играем в игру «Полезные соки и варенья».)

Сок из:

Граната – гранатовый сок
Лимона – лимонный сок
Апельсина – апельсиновый сок
Ананаса – ананасовый сок
Яблока – яблочный сок

Варенье из:

Яблока – яблочное варенье
Груши - грушёвое варенье
Абрикоса - абрикосовое варенье
Сливы - сливовое варенье
Вишня – вишневое варенье

Вед: А сейчас мы сделаем **пальчиковую гимнастику «Компот»**

Будем мы варить компот - как будто мешают.
Фруктов нужно много. Вот. – накладывают.
Будем яблоко крошить, - режут на ладошке.
Грушу будем мы рубить, - стучат руками по коленкам.
Отожмем лимонный сок, - отжимают 2-мя руками.
Слив положим и песок. – насыпают сахар.
Варим, варим мы компот, - мешают.
Угостим честной народ. - разводят руками.

Вед: Давайте поиграем в **игру «Поварята»**. У нас две кастрюли, вам нужно подумать из чего варят суп, а из чего варят компот и разложить нужные овощи и фрукты к нужной кастрюле. (Играем в игру «Поварята» 2 раза).

Вед: – Скажите, а почему овощи, фрукты, соки и варенья полезны для нашего организма? (В них содержатся витамины.) Какая следующая станция? Кто из вас догадался? (Витаминная станция.) Нас ждет следующая станция – витаминная.

На витаминной станции живут очень полезные друзья – витамины. Витамины – это вещества, которые содержатся в овощах и фруктах. Они очень полезны для организма человека. Давайте познакомимся с ними!

(Выставляю картинки с изображений витаминов.)

Педагог. – Посмотрите, в зелёной одежде нас встречает Витамин А, в синей – Витамин В, а в красной – Витамин С, а в желтой витамин Д.

Предлагаем родителям посоревноваться в **игре вопрос-ответ**, а вы дети внимательно слушайте и запоминайте.

1. В каких овощах содержится Витамин А? (Капуста, морковь, помидоры.)
2. Для чего нужен этот витамин? (Чтобы хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы.)
3. В каких овощах и фруктах есть Витамин В? (Свёкла, яблоки, редиска, зелень салата.)
4. Для чего нужен этот витамин? (Чтобы быть сильным, иметь хороший аппетит и не огорчаться и не плакать по пустякам.)
5. А где же мы встретим Витамин С? (В черной и красной смородине, лимоне, луке.)
6. Для чего нужен этот витамин? (Чтобы реже простужаться, быть бодрым, быстрее выздоравливать при болезни.)
7. А где же мы встретим Витамин Д. (В солнце).
8. Для чего нужен этот витамин?

Для чего надо есть овощи и фрукты? (В них витамины и полезные вещества.)

Для того чтобы в организме было много полезных витаминов и они приносили большую пользу, нужно есть все овощи и фрукты каждый день. А вы хотите попробовать витамины? А вот как раз наша тарелочка с фруктами и пригодилась! На тарелочке лежат нарезанные овощи и фрукты. Сейчас вы, дети, закроете глаза и попробуете отгадать на вкус, чем я вас угостила! Только не подглядывайте! Играйте честно!

(Каждому ребенку предлагается попробовать кусочек и отгадать по вкусу, что они съели.)

Педагог. – Молодцы! Все дети правильно назвали по вкусу, что вы съели!

Чтоб здоровым оставаться, Нужно правильно питаться.

Витамины нам нужны, Чтоб здоровы были мы!

Пищей сладкой, шоколадной Ты не увлекайся.

Очень кислого, соленого Ты остерегайся.

Зелень, овощи и фрукты, Очень вкусные и важные продукты.

Педагог. – Вот сколько, много мы узнали про витамины!

Физминутка.

Все мы дружно встали

И на месте зашагали

На носочках потянулись

А теперь назад прогнулись

Как пружинки мы присели

И тихонько разом сели

Вед: Давайте следующую на станцию города «Здоровей-ка». Называется она Чистюлькино!

Педагог. – Посмотрите, кто это? Правильно! Машенька и её братец Иванушка около избышки Бабы-Яги. Родители, из какой сказки эти сказочные герои? (Гуси – лебеди.)

Сценку инсценируют дети.

Вед: – Сидит братец Иванушка около избышки на курьих ножках у Бабы-Яги, костяной ноги, и играет яблочками на тарелочке, дожидаясь сестру Машеньку. Пока Баба – Яга в лес летала за мухоморами и поганками, подошла Маша к избышке и увидела братца. Спрашивает его.

Маша. Что ты делал здесь, Ванюша?

Ваня. Яблоко сейчас я кушал!

Маша. Ты не мыл его, похоже?

Ваня. Я с него очистил кожу!

Маша. Молодец, ты какой!

Ваня. Я давно уже такой!

Маша. А куда очистки дел?

Ваня. А очистки тоже съел!

Маша. Ах ты, Ванюша!!!

Педагог. – Дети, как вы думаете, почему ругала Маша братца? (Потому что он съел грязное, не мытое яблоко.)

Педагог. – Он еще маленький, и наверно не знает, как надо поступать! Он обязательно научится! Спасибо тебе Маша и Ванюша. (салятся)

Педагог. – Зачем надо мыть овощи и фрукты перед едой? (Потому что они грязные, на них микробы, которые могут попасть в наш организм и потом может заболеть живот.)

Педагог. –А ведь наверно не только овощи и фрукты нужно мыть, а ещё и руки, да обязательно с мылом!

Педагог. – В каких случаях надо мыть руки с мылом? Почему это нужно делать?

Давайте поиграем в игру «Для чего это нужно?» (У ведущего чудесный мешочек с гигиеническими принадлежностями. Задача ребенка достать на ощупь и сказать для чего это нужно.)

Вед: Молодцы! Правильно все назвали!

Мойте руки с мылом, Пропадут микробы навсегда,

Защищают тело, наше тело, Солнце, воздух и вода!

Вот что нужно делать для того, чтобы быть всегда чистыми и опрятными?

Вед: следующая станция, последняя. Называется она спортивная!

Вед: Вот и следующее для детей задание: Перетяни канат. (девочки и мальчики)

Вед: А теперь сложные задания для наших пап и мам:

- покрутить обруч за минуту
- попрыгать на прыгалке за минуту, кто продержится?

(играем дети - родители). Стук в дверь. Заходит Айболит.

Д/А:У кого болит? От чего болит?

Всех излечит, исцелит добрый доктор Айболит!

Я приехал к Пете, я приехал к Коле.

Здравствуйте, дети, кто у вас болен?

Вед. Здравствуй, добрый доктор Айболит. Мы все здоровые и веселые.

Совет Доктора Айболита детям и родителям!

Я желаю вам, ребята, быть здоровыми всегда,

Но добиться результата невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться – каждый раз перед едой,

Прежде чем за стол садиться, руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь ежедневно по утрам,

И, конечно, закаляйтесь – это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите по возможности всегда

На прогулки в лес ходите, он вам силы даст, друзья!

Помогают нам всегда – солнце, воздух и вода!

Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

Я открыл вам секреты, как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы. И легко вам будет жить.

Вед: Спасибо тебе Айболит!

Д/А: Теперь всем отдохнуть пора, устали вы сейчас

Вот вам подарок, детвора! Пусть он поддержит вас.

Чтоб щеки были розовой, чтоб молодели лица,

Чтоб ножки бегали быстрее, мой сок вам пригодится! (уходит)

Вед: Молодцы все! И дети и родители!!!

Вот и заканчивается наше с вами путешествие по городу «Здоровей-ка». Вот как много мы сегодня узнали интересного и полезного! Оказывается здоровье дороже всего, его нигде не купишь! Поэтому его нужно беречь с детства! Дети вам понравилось путешествовать? Ребятки, сейчас вы пойдете в группу, немного отдохнете и сок попьёте. (дети уходят)

Вед: А вам родители понравилось путешествовать с вашими детьми?

Ведущий: Как прекрасно видеть своих детей радостными, счастливыми, а главное здоровыми, как приятно смотреть на их улыбку, на стремление жить! Но как же тяжело смотреть на больных детей, у которых подорвано здоровье. Все чаще и чаще стали болеть дети. Вот это и пугает, что у нас на жизненном пути слишком много встречается преград, которые ставят под угрозу наше здоровье. Наверно мало кто из вас может похвастаться хорошим здоровьем; что делают по утрам зарядку; пытаются не есть вредные продукты; занимаются спортом всей семьей. Поучаствовав в соревнованиях с детьми, теперь без труда сможете назвать важные факторы и правила, направленные на укрепление и сохранение здорового образа жизни. А поможет нам плакат с цветка-ребенка. Названные родителями факторы прикрепляю на плакат, получается картина. Да, к ним относятся: режим дня, правильное и полноценное питание, выполнение правил личной гигиены, занятие спортом (физминутки, физические упражнения, подвижные игры, развлечения), ежедневные прогулки на свежем воздухе, закаливание солнцем, воздухом и водой. Хочется, чтоб никто не забывал об этом. Здоровье – это усердный, ежедневный труд, его не так просто получить! Давайте, наконец задумаемся о своем здоровье, о своем дальнейшем будущем, о наших детях!

Потому что уважаемые родители, все в ваших руках!!!

Быть здоровым значит жить, любить, творить, детей растить!

Как же это здорово, ЗДОРОВО жить!