

Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение

детский сад № 30 «Ромашка» г. Елец

Педагогическая гостиная

"Книга здоровья"

(родительское собрание)

Подготовила воспитатель

Каландарова Е.Ю.

Цели: формирование у детей первоначальных основ по сохранению и укреплению здоровья, повышения уровня образованности воспитателей и родителей по теме "Здоровый образ жизни", укрепление связи между детским садом и семьей.

Задачи: использовать разнообразные формы организации для агитации здорового образа жизни, способствовать охране и укреплению здоровья в семьях воспитанников; воспитывать желание заниматься спортом, формировать знания о здоровом образе жизни, закреплять основные движения и физкультурные навыки.

Оборудование и материалы: проектор, экран, ноутбук, презентация "Книга здоровья", буклеты о здоровье, ромашка с пословицами, мольберт, музыкальный центр с подборкой песен, альбом иллюстраций "Виды спорта", 2 клюшки, 2 шайбы, 2 обруча, кегли, 2 мяча, маски и костюмы для спектакля, плакаты и рисунки для украшения зала, грамоты для награждения участников, шоколадные медали для детей.

Ход мероприятия.

1. Вступление.

Ведущий 1. Добрый вечер, уважаемые родители и дети. Сегодня мы собрались в зале, чтобы провести интересную беседу, послушать стихотворения о здоровье, отгадать загадки о спорте и немного поиграть.

Ведущий 2. Но чтобы наша с вами беседа была интереснее и увлекательнее мы предлагаем вам почитать "Книгу здоровья" (на экране презентация с изображением книги).

В1. В нашей книге много интересных страниц, которые мы будем читать вместе с вами.

В 2. Ну что, уважаемые гости, все готовы к нашему чтению? Тогда начнем и откроем первую страницу.

(на экране появляется изображение детей)

В 1. Как то странно, мы только открыли "Книгу здоровья" и сразу же увидели детей, что же они могут знать о здоровье?

В2. Вот как раз наши детки и приготовили вам, уважаемые родители, стихи о здоровье.

Давайте их послушаем.

1-й ребенок: Со спортом нужно подружиться
Всем тем, кто с ним еще не дружен
Поможет вам он всем взбодриться
Он для здоровья очень нужен.

2-й ребенок: Чтоб здоровье сохранить
Организм свой укрепить
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

3-й ребенок: По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся
Будешь ты всегда здоров
Тут не нужно лишних слов.

4 -й ребенок: Если хочешь стать умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,
Научись любить скакать,
Мячик, санки, лыжи, палки,
Никогда не унывай,
В цель снежком попадай!

5-ребенок: В санках с горки быстро мчись

И на лыжи становись.

Вот здоровья в чем секрет:

Будь здоров! Физкульт: Привет!

В1. Давайте поблагодарим наших детей за очень интересные стихи о здоровье и спорте, которые они вам рассказали.

В 2. Дорогие родители, скажите нам, а много ли вы знаете пословиц и поговорок о здоровье? Давайте это проверим. Посмотрите на экран, а следующая страница в нашей волшебной книге "Ромашка здоровья" (на экране появляется страничка с изображением ромашки).

2. Конкурс "Ромашка здоровья".

В 1. На стенде размещена большая ромашка с лепестками, на каждом лепестке начало пословицы или поговорки о здоровье, нужно выбрать лепесток, прочитать начало и закончить данную фразу.

Задания на лепестках:

- В здоровом теле - *(здоровый дух)*.
- Голову держи в холоде, *(а ноги в тепле)*.
- Быстрого и ловкого *(болезнь не догонит)*.
- Землю сушит зной, а человека - *(болезнь)*.
- К слабому и болезнь *(пристает)*.
- Поработал - *(отдохни)*.
- Курить - *(здоровью вредить)*.
- Любящий чистоту будет *(здоровым)*.
- Чистота - *(залог здоровья)*.

В 2. Молодцы родители, много знают о здоровье пословиц и поговорок. Мы провели гимнастику для ума. Посмотрите на следующую страницу нашей "Книги здоровья" (на экране появляется изображение доктора).

3. Выступление доктора о пользе гимнастики.

В 1. О пользе гимнастики не только для ума, но и для нашего организма в целом нам расскажет наш гость, доктор Сафонова Валентина Петровна.

Выступление доктора о пользе гимнастики.

В 2. Дорогие родители, а вы делаете гимнастику дома? Покажите какие движения вы используете?

4. Совместная гимнастика.

В1. Давайте поблагодарим нашего доктора за очень интересный и познавательный рассказ о пользе зарядки для организма.

В2. И чтобы закрепить полученные знания, мы предлагаем вам, уважаемые родители, вместе с детками сделать совместную волшебную гимнастику (на экране следующая страница с изображением детей и взрослых, которые делают зарядку).

В 1. Следует ребята знать

Нужно всем подольше спать

Ну а утром не лениться

На зарядку становиться!

В 2: Давайте начнем нашу сказочную зарядку (играет музыка).

Птичка скачет, словно пляшет,

Птичка крылышками машет

и взлетает без оглядки,

Это птичкина зарядка.

Так сумеете?

А щенята как проснутся,

Очень любят потянуться,

Обязательно зевнуть,

Ловко хвостиком вильнуть.

Как?

Ну, а мишка косолапый

Широко разводит лапы:

То одну, то обе вместе,

Долго топчется на месте.

А когда зарядки мало, начинает все сначала!

Как?

Белки скачут очень быстро,

Машут хвостиком пушистым,

Целый час играют в прятки,

Это беличья зарядка!

Так сумеете?

В 2: Вот какие молодцы и родители и детки, сделали волшебную зарядку. Но эта веселая зарядка, которую делают даже животные.

В 1: А теперь мы вместе сделаем настоящую утреннюю зарядку для больших и маленьких гостей нашей гостиной!

В1: Немного отдохнем и посмотрим с вами нашу следующую страничку (на экране появляется презентация).

5. Загадки о спорте и спортивном инвентаре.

В 2. Давайте посмотрим, у нас новая страничка. Загадки о спорте и спортивном инвентаре (на экране появляются загадки по очереди, которые ведущий зачитывает, а потом фото отгадок).

В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьет об пол,
Значит, это ...
ОТВЕТ (баскетбол)

Очень трудно быть, не спорьте,
Самым метким в этом спорте.
Просто мчатся по лыжне,
То под силу даже мне.
Сам попробуй бегать день,
А потом попасть в мишень,
Лежа навзничь, из винтовки.
Тут нельзя без тренировки!
А мишень тебе не слон.
Спорт зовётся ...
ОТВЕТ (биатлон)

Конь, канат, бревно и
брусья,
Кольца с ними рядом.
Перечислить не берусь
я
Множество снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам ...
ОТВЕТ (гимнастика)

Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота - через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в ...
ОТВЕТ (волейбол)

Я смотрю - у чемпиона
Штанга весом в четверть тонны.
Я хочу таким же стать,
Чтоб сестренку защищать!
Буду я теперь в квартире
Поднимать большие ...
ОТВЕТ (гири)

Как солдата нет без
пушки,
Хоккеиста нет без ...
ОТВЕТ (клюшки)

Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
А блестящие ...
ОТВЕТ (коньки)

Деревянных два коня
Вниз с горы несут меня.
Я в руках держу две палки,
Но не бью коней, их жалко.
А для ускоренья бега
Палками касаюсь снега.
ОТВЕТ (лыжный спорт)

Я его кручу рукой,
И на шеи и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.
ОТВЕТ (обруч)

Там в латах все на ледяной площадке
Сражаются, сцепились в острой схватке.
Болельщики кричат: «Сильнее бей!»
Поверь, не драка это, а — ...
ОТВЕТ (хоккей)

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков.
ОТВЕТ (шахматы)

В 1. Уважаемые родители, у нас в городе построены бассейн и ледовый дворец, который вы можете посетить совместно с ребенком и с пользой провести время. Открыты множество секций, которые работают в вечернее время и на выходных. Выбирайте ребенку занятия по душе, помните, что ваш ребенок многое копирует с вас, старайтесь сами больше времени проводить со спортом, нежели на диване и за компьютером. Не забывайте, что отдых – это смена видов деятельности!

6. Конкурс "Изобрази виды спорта".

В 2. Дорогие родители и дети, вы сей час посмотрели презентацию о различных видах спорта. В любую погоду и время года можно найти занятия по душе.

В1: А сей час мы снова предлагаем вам перевернуть нашу страничку и поиграть.

На столе лежат карточки с изображением разных видов спорта, игрок сам смотрит карточку и без слов, только с помощью движений и мимики показывает, что за вид спорта он увидел. А вы, дорогие зрители, смотрите и угадываете.

7. Конкурс "Полоса препятствий".

В 1. Дорогие родители, все активно отгадывали загадки, но пришло время снова перевернуть страницу нашей "Книги здоровья" и там следующий конкурс.

В2. Наш конкурс называется "Полоса препятствий".

Дорогие родители, скоро зима и нас ждут зимние виды спорта. Мы предлагаем вам подготовиться и потренироваться. Поиграть с нами в хоккей, но не на льду, а на ковре! (родители вместе с детьми выполняют задания по очереди).

"Полоса препятствий": у начала полосы лежат клюшки и шайбы. С помощью клюшки нужно провести шайбу, обходя кегли "змейкой" и закатить шайбу в обруч. На обратном пути, родители и дети зажимают мяч коленями и скачут "Кенгуру" до конца.

В1. Дорогие наши участники, посмотрите как весело и интересно играть вместе! Не забывайте это, дорогие родители! Вы являетесь самым главным и важным примером для своих детей! Можно много говорить о спорте, здоровье, учить детей делать зарядку, но ребенок делает выбор глядя на вас и ваше отношение ко всему вышперечисленному, не ленитесь! Побольше играйте с детьми в спортивные игры, делайте шутливую гимнастику, побольше гуляйте в хорошую погоду и вы увидите, что ваши усилия не будут напрасны!

8. Сказка "Эпидемия в сказочной стране".

Следующая страничка нашей "Книги здоровья" - сказочная. Мы посмотрим с вами сказку о том, как даже волшебные герои могут заболеть и что же надо делать, чтобы этого не происходило!

Выходят девочка и мальчик и здороваются.

Девочка. Меня зовут Маша!

Вы пришли сегодня к нам.

Рады мы всегда гостям.

Мальчик. А меня зовут Саша!

Повнимательней смотрите-

Будет сказка впереди!

Девочка. Посадил дед репку.

Мальчик. Выросла репка большая-пребольшая.

(Появляется дед, ходит вокруг репки)

Дед. Вот это репка!

Надо бабку вызывать,

Одному ее не взять.

Бабка быстро выходи,

Тащить репку помоги!

(Выходит бабка)

Бабка. А репка-то большая, красивая какая!

Дед. Репку нам одним не взять,

Внучку надо в помощь звать.

Вместе. Внучка, внученька, ты дома?

Выходи к нам на подмогу!

(Внучка выглядывает из окна избушки, подкашливая говорит)

Внучка. Ох, простите, не могу,

Вам ничем не помогу.

Разболелась голова,

Сильный кашель у меня.

Наша Жучка говорит:

«У тебя, наверно, грипп»

Девочка (грустно) .

Внучка гриппом заболела.

Без нее и сказки нет.

Мальчик (радостно) .

Ну, тогда начнем другую:

Жила бабка, с нее дед...

Вы готовы слушать дальше?

Будет сказка, дайте срок!

Попросил наш дед бабулю:

(Мальчик уходит, появляется дед)

Дед. Бабка, испеки мне колобок!

Бабка. Иду, иду, пеку, пеку.

Вот колобок уже готов, какой он румяный!

Колобок.

Я – веселый колобок,

Колобок - румяный бок,

Не хочу я тут лежать.

По земле хочу бежать...

(Убегает)

Я колобок, колобок

По амбару метен.

По сусекам скребен.

На сметане мешен.

Да в масле пряжен.

На окошке стужен.

Как хорошо в лесу, тихо.

Девочка. Где же заяц, где лиса?

Не слышны их голоса!

Мальчик. Нет медведя, нет и волка!

А без них не будет толка!

Девочка. Грипп пробрался и сюда!

Мальчик. Закрываем сказку?

Девочка. Да! Что же в сказках за напасть?

Как бы всем нам не пропасть!

Мальчик. Мое такое мнение:

Случилась эпидемия!

Девочка. Айболита надо звать

Наши сказки выручать.

Мальчик. Айболит приходи

Нам скорее помоги.

(Выходит родитель, переодетый в Айболита)

Айболит. Здравствуйте, мои друзья!

Слышал, звали вы меня

Вы не болеете? Здоровы? Я сейчас вас всех проверю.

(Слушает, горло проверяет, животики трогает).

Молодцы! Вы все здоровы!

Подтверждаю мнение:

В сказках эпидемия.

Все герои заболели,

Потому что не хотели

На прививки приходить,

Чтоб болезни победить.

А прививка то моя

Их от гриппа бы спасла!

Но, друзья не огорчайтесь,

Всех, конечно, полечу.

Ну а вам я на прощанье

Дать совет такой хочу:

Вы не бойтесь ни прививок,

Ни уколов, ни врачей.

Становитесь с каждым годом

И сильнее и здоровей!

(Уходит)

Девочка и мальчик (Вместе) Вскоре вылечились сказки

И спешат, ребята, к нам!

Слава! Слава! Айболиту!

Слава добрым докторам!

(Выходят персонажи сказок)

Заяц. Я прививок не боюсь, если надо уколюсь.

Лиса. А я после сладкого меда, не буду пить холодную воду.

Медведь. Я поменьше буду есть, не буду набивать живот.

Будет меньше с ним хлопот

Все вместе Слава! Слава! Айболиту!

Слава добрым докторам!

(Танцуют под веселую музыку)

Девочка и мальчик (Вместе)

На сегодня все. Конец.

Кто все понял – молодец!

9. Награждение участников и раздача буклетов о здоровом образе жизни.

В 1. Дорогие родители, хочется поблагодарить всех за то, что выбрали время и пришли в нашу гостиную прочитать "Книгу здоровья". Хочется наградить активных участников и помощников в сегодняшнем мероприятии (вручение грамот всем взрослым участниками шоколадных медалей детям). На память о сегодняшней встрече мы подготовили вам памятки здоровья.