

Конспект проведения семейной гостиной «Цветок Здоровья»

Цель:

Объединить усилия семьи и детского сада в вопросах воспитания здорового ребенка.

Задачи:

Обогатить педагогические знания по оздоровительно-развивающей программе «Здравствуй!», согласовывая точки зрения по вопросам физического воспитания.

Создать условия для полноценного общения между родителями, родителями и детьми. Заинтересовать родителей выполнением общего дела.

Подготовка:

- видеомаягнитофон с записью ответов детей,
- Компьютер -мультимедийная презентация «Хорошо у нас в саду!»
- Мольберт, «Цветок Здоровья»
- Выставка литературы по программе, ширмы и альбомы для родителей по здоровому образу жизни.
- Картинки для оформления эмблемы здоровья, фломастеры, клеящий карандаш, листы альбомные.
- Памятки для родителей «Шаги к здоровью»
- Маски Фырки и Здравика

Предварительная работа:

- Анкетирование родителей
- Интервью с детьми группы
- Приглашение для родителей

План проведения семейного клуба:

1. Звучит музыка песня «Здравствуй!»

Воспитатель говорит:

«Давай оденем маски

И поиграем в сказки,

сказки, сказки..

И попадем в здоровую страну,

Болезням объявили там воину,

Там каждый другу рад,

Там всех благодарят

и “Здравствуй!” говорят.

М. Л. Лазарев

-“Здравствуйте”,! «здравствуй!»... Произнесите вслух это удивительное русское слово, Чаще говорите “Здравствуй!” папе, маме’ родственникам, друзьям, прохожим. Дело в том, что слово ‘Здравствуй!’ – особенное.. Когда мы говорим его, то не только приветствуем кого-то, но и желаем ему здоровья. Поэтому чаще говорите “Здравствуй!” - это слово обладает оздоровительной силой. В слове “Здравствуй!, как и в слове “здоровье”, много звуков (з, д, р, в), которые дают нам заряд бодрости.

2. Воспитатель предлагает родителям поиграть в игру «Неоконченные предложения»

- Я вам буду начинать предложение, а вы его заканчивать.

1. Здоровый человек – это...

2. Мое здоровье...

3. Иногда я болею, потому что...

4. Когда я болею, мне помогают...

5. Когда у человека что – то болит, то он...

6.Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...

3.Предлагает послушать, что думают об этом дети.

-А сейчас давайте послушаем, что думают об этом ваши дети.

(показ видеозаписи с ответами детей)

4. Подведение итогов анкетирования родителей.

Приходят дети

5. Изготовление эмблемы Здоровья

- Предлагаю родителям вместе с детьми сделать эмблему Здоровья

(составление эмблемы из картинок)

6. Воспитатель обращает внимание на Цветок Здоровья..

- **Цветок Здоровья – символ программы «Здравствуй».** Путешествуя по его лепесткам, мы вспомним, что надо делать, чтобы быть здоровым!

1). Желтый- «Волшебное зеркальце».

Его девиз: «Грубых слов не говорите, только добрые дарите»

-Желтый цвет повышает настроение, приносит радость и веселье. Поэтому, где бы вы не увидели вокруг себя желтый цвет, он будет радовать вас

«Каждый в мире должен знать:

Чтоб улучшить настроенье-

Нужно...Здравика позвать».

Воспитатель предлагает детям взять маски и изобразить Здравика.

« Песня Здравика»

« Я Здравик, я Я Здравик, пришел к вам на часик.

Мы будем трудиться, Здоровью учиться»

-Давайте изобразим Фырку.

Песня Фырки

«А я фырчу все на одно и той же ноте- фырк,

И обижаются и дяденьки, и тети- фырк,

С утра до вечера фырчу одно и то же- фырк,

Слова и фразы все на фырканые похожи»

Дети изображают, а родители узнают и объясняют по каким признакам они догадались, что это Здравик или Фырка.

Затем предлагает родителямделиться на две команды и изобразить главных героев программы.

Обобщение воспитателя

2). Красный цвет «Веселые движения»

Его девиз: «По больницам не ходите,

Жизнь активную ведите»

Веселые движения

Полезные движения

Кто ими занимается,

Достоин уважения

Кто ими занимается,

Здоровья надирается

А, кто не занимается-

С болезнями наеается.

Воспитатель предлагает детям исполнить **песню «Лошадки»**

(с движением)

«Игривые лошадки,

Красивые лошадки,

Играют , будто в прятки,

Пасутся на лугу»

3). Зеленый цвет – «Полезная еда»

Вкусная еда, пища и вода,

Всем живым они нужны всегда,

Буду есть и пить,

Чтоб здоровым быть,

Чтобы на земле прекрасной жить.

Вкусная еда, пища и вода.

Буду есть и пить,

Чтоб здоровым быть.

Песня «Полезная еда»

Воспитатель читает стихи:

Про еду скажи мне мама,

Для чего нужна реклама?

Ведь еду без всех реклам

Выдирать я должен сам.

Воспитатель предлагает родителям вместе с детьми поиграть в **игру «Реклама и анти - реклама»** (воспитатель зачитывает антирекламу, взрослые должны зачитать правильный ответ)

- «Будешь фанту пить, смотри – растворишься изнутри».
- «В мире лучшая награда – это ветка винограда.
- Пусть запомнит стар и мал зубы портит шоколад»
- «Великие поэты – все курят сигареты» «Будешь кушать «сникерс » сладкий – будут зубы не в порядке.

- Если кто не верит, на себе проверит»
- «Фрукты, овощи – полезней защищают от болезней»
- «Будешь часто есть хот – доги – через год протянешь ноги
- «Тот, кто много ест горчицы, будешь злей самой волчицы».
- «Обопьешься пепси – колы – не дойдешь, дружок до школы, не помогут и уколы».
- «Если будешь, друг, курить – то не сможешь долго жить.
- «Желтая фанта – напиток для франта».
- «В мире лучшая награда – это плитка шоколада».
- «Знайτε дамы, господа: «Сникерс» - лучшая еда!»
- «Я собою очень горд. Я купил сегодня торт».
- «Стать здоровым мне помог с красным кетчупом хот - дог»
- «Будешь много есть горчицы – полетишь быстрее птицы»
- «В благодарность пепси – коле – Лучше всех учусь я в школе».

-Дети, а кто нас учит правильно выбирать еду?

Песня «Ростика»

(с движениями)

Песня «Витаминная»

Синий цвет «Вода и мыло»

От микробов можно мною кожу защищать

И холодной водою тело закалять.

Его девиз «Прямо в ванну не стесняйтесь,

в ледяную – окунайтесь»»

4.Оранжевый цвет «Семь Я»

На Земле рождаются птицы,

Люди, звери и цветы.

Должен у земли учиться

Радость всем дарить и ты.

И секрет в себе ношу я,

Жизни тайну берегу,

И создать семью большую
научить тебя могу.

Воспитатель предлагает родителям сделать массаж детям.

Рельсы-рельсы, кух-кух,

Шпалы -шпалы, тук-тук

Массажные движения:
продольные поперечные кистевые растирания

Едет поезд, чух - чух,
Запоздалый, пух-пух.

перебирания пальцами по коже

Из распахнутых окошек Кто-то высыпал горошек,
Бух-бух-бух-бух.
Бух...

пальцевые постукивания (вибрация)

Пришли куры, цып-цъш, Поклевали, цып-цып.
Пришли козы, бе-бе,
Пощипали, ме-ме.

пощипывания

Пришел слон, потоптал,
Конь ему помогал,
Топ-топ-топ-топ-топ.

кулачковые разминания

Прилетали пчелки,
Покусали колко,
Прилетали мошки,
Подбирали крошки.

пальцевые покалывания


От зеленого горошка

Не осталось ни крошки.

Не осталось.

Вот и песня вся.

кистевые поглаживания



Дети и родители стоят в кругу,

по тексту стихотворения дети выполняют шлепки ладонями:

Вот у нас игра какая:

Хлоп, ладошка, (Хлопки в ладоши.)

Хлоп, другая!

Правой, правую ладошкой (Шлепки по левой руке от плеча кисти.)

Мы пошлепаем немножко, (Шлепки по правой руке.)

А потом ладошкой левой

Ты хлопки погромче делай.

А потом, потом, потом (Легкое похлопывание по щекам.)

даже щечки побьем.

Вверх Ладочки! Хлоп! Хлоп! (Хлопки над головой.)

По коленкам - шлеп, шлеп! (Хлопки по коленям.)

По плечикам теперь похлопай! (Шлепки по плечам.)

По бокам себя пошлепай! (Шлепки по бокам.)

Можем хлопнуть за спиной! (Шлепки по спине:)

Хлопаем перед собой! (Шлепки по груди.)

Справа можем! Слева можем

И крест-накрест руки сложим! (Поколачивание по груди справа, слева.)

И погладим мы себя.

Вот какая красота. (Поглаживание по рукам, груди, бокам, спине, ногам.)

-Семья – это и мама, папа, дети, это и наша дружная семья- группа, где каждый может заняться любимым делом, помочь друг другу. Предлагает родителям и детям посмотреть на фотографиях интересные занятия детей.

Показ мультимедийной презентации «Хорошо у нас в саду»

5.Голубой цвет «Чудо – нос»

Его девиз: «Чтоб здоровье улучшать, нужно носиком дышать»

Посмотрите, дети, как дышу:

Носом я вдыхаю, не спешу!

Песня «Чудо нос»

Игра «Мычание» (выполняют дети и родители).

Воспитатель предлагает родителям задержать дыхание

6. Фиолетовый цвет «Целебные звуки»

Его девиз: «Чтобы жить и не болеть, каждый день старайтесь петь»

Звуки музыку рождают

И болезни побеждают.

Звуки слово создают

И скучать нам не дают.

Лечебные звуки (практическое выполнение детей и родителей)

«Н»-помогает снять головную боль, положите руку на голову, ощутите вибрацию

«В»- помогает при борьбе с насморком, рука перед ртом.

«З»- повышает защитные силы организма, улучшает иммунитет .ладонь к передней части шеи

«М» - полезно делать перед едой, ладонь на живот.

«Ж» - при лечении кашля, приложим ладонь к грудной клетке.

Песня «Жуки».

Обобщение воспитателя.

Мы здоровье изучаем,

Сердцем радость излучаем.

Холод учимся любить,

Не хотим больными быть.

Если что-то вдруг случится, ой-ой-ой.

Мы сумеем защититься,

Мы с тобой.

Научились мы лечиться,

развиваться и трудиться над собой.

Литература:

М.Л. Лазарев Оздоровительно-развивающая программа “Здравствуй!”