**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 8 «Белоснежка»**

**Конспект деловой игры с родителями**

**«Копилка семейного здоровья»**



**Мегион- 2020 г.**

**Цель:** Повышение уровня знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей.

**Задачи:**

1.Ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.

2. Формирование у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей, повышение педагогического мастерства родителей по использованию здоровье сберегающих технологий в домашних условиях.

**Ход деловой игры:**

Все участники стоят в кругу. Звучит спокойный музыкальный фон.

**Воспитатель 1:**

Добрый день!

Спасибо, что дела свои отложили,

В детский сад наш поспешили

Пообщаться, поиграть,

Много нового узнать!

Мы рады вас видеть на нашей сегодняшней встрече.

*(участники садятся на стулья полукругом)*

Цель нашей сегодняшней встречи – узнать, какие основные факторы, способствуют укреплению и сохранению здоровья детей в домашних условиях и условиях детского сада.

**Воспитатель 2:** *(показ слайда горы Олимп с богами)*

Уважаемые родители, обратите внимание на экран, мы хотим рассказать вам одну историю.

- «Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: *«Человек должен быть сильным»*, другой сказал: *«Человек должен быть здоровым»*, третий сказал: *«Человек должен быть умным»*. Но один из богов сказал так: *«Если всё это будет у человека, он будет подобен нам»*. И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы.

Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье?

*(высказывание предположений родителей)*

- Один из богов сказал: *«Здоровье надо спрятать в самого человека»*. Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

**Воспитатель 1:** Я сейчас, предлагаю вам поиграть с массажным мячом, поймав мяч вы должны ответить на вопросы:

- Что такое здоровье?

- Что значит здоровый человек?

- Что такое «здоровый образ жизни»?

- Какие вредные привычки детей плохо влияют на их здоровье?

- Какие положительные привычки необходимо воспитывать у детей, чтобы они были здоровы?

*(родители ловят массажный мяч, отвечают на вопрос.)*

**Воспитатель 1:** А сейчас я предлагаю вам просмотреть видеозапись, что думают Ваши дети о здоровье.

Вопросы для детей:

- Кого называют здоровым?

- Что надо делать, чтобы быть здоровым?

- Как надо вести себя, если ты заболел?

- Что может быть опасным на прогулке?

*(видеозапись с ответами детей на вопросы)*.

**Воспитатель 2:** Подведение итога: Значит, здоровье спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке, это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.

- Как же укрепить и сохранить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас, педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закаленными и здоровыми. Вот мы сегодня с вами попробуем разобраться.

**Воспитатель 1:** Игра - путешествие в страну «Здоровей-ка».

- Взрослые – это большие дети. И я предлагаю, Вам отправится в страну «Здоровей-ка», где вы можете найти ключи к здоровью.

Дыхательная гимнастика

**Воспитатель 1:** Полетим мы с вами на воздушных шарах, но для этого их надо сначала надуть.

*(раздаются родителям воздушные шары и ниточки, обращается внимание взрослых на то, что вдох выполняется через нос, а выдох через рот)*

**Воспитатель 2:** Интересно, как вы думаете, надувание воздушных шаров полезно для здоровья? Чем полезно? А для детей, чем полезно?

**Воспитатель 1:** Главная задача дыхательной гимнастики для ребенка – это научить его правильно глубоко дышать, максимально наполнять легкие при вдохе, расширяя при этом грудную клетку, и на выдохе освобождать легкие от остаточного воздуха, выталкивая его путем сжатия легких. Так в них не будет задерживаться *«испорченный»* воздух, а кровь будет получать необходимое количество кислорода. Важно следить за тем, чтобы ребенок делал вдох через нос, при этом не поднимал плечи, а выдох – дольше и более плавно ртом, чтобы щеки не раздувались. Правильное дыхание помогает при прогулках в холодный период года, дети дышат носом, а не ртом, что сохраняет от простуды горло.

**Воспитатель 1:** И так готовы к нашему приключению? Тогда полетели.

**Воспитатель 2:** Вот мы и добрались до первой станции, она называется «Двигательная», а почему она так называется мы с вами сейчас узнаем. Ой слышите какая музыка? Прям и тянет танцевать!

*(Родители под музыку все вместе с воздушными шарами выполняют танцевальные движений под музыку повторяя за воспитателем)*

**Воспитатель 1:** Какое у вас настроение после танцев? Почему? Какой вывод мы свами можем сделать?

**Воспитатель 2:** Движение – это жизнь. Эти слова известны практически каждому человеку. Движение укрепляет наш организм. При выполнении физических упражнений формируется правильная осанка, красивая походка. А если правильная осанка, то и ребенок здоров.

**Воспитатель 1:** Отправляемся дальше! И следующая остановка у нас «Закаляйка»

**Воспитатель 2:** Мы предлагаем поиграть в игру «Бегущая строка». Вам будет задан вопрос, а вы должны будете на него быстро ответить.

- Что такое закаливание?

- Какие приемы закаливания знаете?

- Проводите ли Вы закаливающие процедуры?

- Какие виды закаливания применяете и считаете наиболее приемлемыми?

- Какой вид закаливания вызывает у Вас сомнение? Почему?

*(родители делятся опытом)*

**Воспитатель 1:** Подведение итога: если вы хотите видеть своего ребёнка здоровым, надо постоянно, каждодневно уделять время для закаливающих процедур. Значит следующий ключ к сохранению и укреплению здоровья – это закаливание – это четвертый ключ к здоровью.

**Воспитатель 2:** И так следующая станция «Не болейка»

**Воспитатель 1:** Какие народные средства, помогают вам вылечить ребёнка от кашля, насморка?

**Воспитатель 2:** Дополните фразы:

«Чтобы кашлем не страдать… *(Надо правильно дышать)*»;

«Яркий цвет и яркий свет… *(Повышает иммунитет)*»;

«Чтобы детям сладко спать… *(Нужно перед сном гулять)*»;

«Лук, чеснок – вот это чудо…. *(Ох, боится их простуда)*»;

«Раз фасоль и два фасоль… *(Массажируем ладонь)*».

**Воспитатель 1:** Молодцы! А сейчас мы предлагаем вернуться из нашего путешествия обратна в детский сад.

Прокалите шарик дружно

И вернемся куда нужно!



**Воспитатель 2:**

Благодарим за ваше сотрудничество! Сохраняйте и укрепляйте свое здоровье и здоровье своих детей. До свидание, до следующей встречи!