

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №119

620016, г. Екатеринбург, ул. Павла Шаманова, 19 тел.: (343)227-94-00
620105, г. Екатеринбург проспект Академика Сахарова, 43 тел.: (343)227-94-03
e-mail: mdou119@eduekb.ru <https://119.tvoysadik.ru>



Здоровье детей в наших руках (деловая игра с родителями)

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Бабаян А.В.
1 КК

Екатеринбург 2020

Здоровье детей в наших руках

(деловая игра с родителями)

Инструктор по физической культуре:

Великая ценность каждого человека – здоровье.

Вырастить ребёнка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.

СЛАЙД 1 Титульный

Добрый вечер, уважаемые родители! Мы рады вас видеть.

Сегодня мы собрались с вами, чтобы решить важные проблемы. Но, чтобы настроиться на совместную работу, я предлагаю вам поиграть в детскую игру. Если вы согласны с моим высказыванием, то крикните «да», в противном случае – «нет».

Крикните громко и хором, друзья,

Детей вы своих любите? (да)

С работы пришли, сил совсем нет,

Вам хочется лекции слушать здесь? (нет)

Я вас понимаю... Как быть нам тогда?

Проблемы детей решать нужно нам? (да)

Дайте ответ мне скорее тогда:

Активными все будем? (да)

И только сегодня, и только сейчас, вы вспомните своё детство и будьте не только зрителями, но и участниками нашей игры «Здоровье детей в наших руках».

СЛАЙД 2 Цели и задачи деловой игры

Цель:

Обеспечение безопасности и здорового образа жизни детей-дошкольников.

Задачи:

Приобщать родителей к физкультуре, спорту, здоровому образу жизни.

Осуществлять преемственность в физическом воспитании между детским дошкольным учреждением и семьёй.

Повышать педагогическую компетентность родителей в вопросах физической культуры и здоровья детей дошкольного возраста.

Чтобы настроиться на игру, проведём разминку.

СЛАЙД 3 Разминка

1. Отец и мать ребёнка. (Родители)
2. Какие наказания недопустимы? (Телесные)
3. Руки, ноги, голова, туловище – это... (Тело)
4. Коньки на лето. (Ролики)
5. Сбор родителей для решения педагогических проблем (Родительское собрание)
6. Дорожка лыжника. (Лыжня)
7. Распорядок жизнедеятельности ребёнка на протяжении суток. (Режим дня)

8. Мать отца и матери по отношению к ребёнку (Бабушка)
9. Игра с ракетками и воланом. (Бадминтон)
10. Мужчина по отношению к своему ребёнку. (Отец)
11. Детский неясный разговор (Лепет)
12. Привычное положение тела человека в покое и при движении. (Осанка)
13. Детский зимний транспорт. (Санки)
14. Цель обливания холодной водой. (Закаливание)
15. Спортивная кулачная игра. (Бокс)
16. Наука о воспитании и обучении. (Педагогика)
17. Сумка, которую носят дети на лямках за спиной. (Рюкзак, ранец)
18. Мальчики и девочки. (Дети)

Период дошкольного детства – это на самом деле быстро заканчивающийся промежуток в жизни каждого человека. Одной из основных целей в этот период является формирование привычки к здоровому образу жизни. Что же такое здоровый образ жизни?

СЛАЙД 4,5 Закаливание

Одна из составляющих здорового образа жизни – это закаливание. Закаливание повышает не только устойчивость к влиянию плохой погоды, но и совершенствует, мобилизует резервные возможности адаптационных систем, чем обеспечивается профилактика простудных и других заболеваний.

Оздоровительные силы природы имеют огромное значение для здоровья детей.

- Назовите известные правила закаливания:

Закаляться нужно постепенно.

Нельзя начинать закаливание во время болезни.

Начал закаливание не бросай, не делай перерывов.

Используй разные средства закаливания: солнце, воздух, вода.

Перед сном обязательно проветривай помещение.

- Назовите виды закаливания:

Хождение босиком

Контрастный душ/обливание ног

Полоскание горла прохладной водой

Контрастное воздушное закаливание.

СЛАЙД 6 Умники и умницы

Давайте немного поразмышляем.

Ситуация. Среди взрослых распространено мнение, что не только купания в водоемах, но и частые ванны пагубно отражаются на организме ребенка, ослабляют его, замедляют прибавку в весе.

Вопросы:

какие цели преследует купание в открытом водоеме?

какие другие средства закаливания вы знаете?

принципы закаливания?

всех ли детей можно закаливать?

СЛАЙД 7 Завершите пословицы о здоровье

1. Чистота – (залог здоровья)
2. Здоровье дороже (золота)
3. Если хочешь быть здоров – (закаляйся)
4. В здоровом теле – (здоровый дух)
5. Болен – лечись, а здоров – (берегись)
6. Болячка мала, да болезнь – (велика)
7. Еле-еле душа (в теле)
8. Быстрого и ловкого болезнь (не догонит)
9. Здоровье дороже денег, здоров буду – и денег (добуду)
10. Курить – (здоровью вредить)
11. В добром здоровье и хворать (хорошо)
12. Здоровье не купишь – (его разум дарит)

СЛАЙД 8 Здоровое питание

Правильное питание – это то, о чем должны заботиться родители в первую очередь, желая увидеть своего ребенка здоровым. Родителям нельзя забывать о том, что соблюдение режима питания – основа здорового образа жизни.

Питание детей обеспечивается взаимно дополняемыми продуктами животного и растительного происхождения, богатыми питательными веществами (белком, витаминами, минеральными солями, клетчаткой и др.). Главное правило, о котором часто забывают родители, – питание должно быть разнообразным. Это важнейший фактор, который способствует нормальному интеллектуальному и физическому развитию ребенка.

СЛАЙД 9 Здоровое питание

Как вы думаете, какие продукты следует исключить из рациона питания ребёнка, чтобы избежать нарушения обмена веществ?

- жевательную резинку, чипсы, сухарики;
- копчености;
- специи и острые блюда;
- газированные напитки;
- майонез промышленного производства.

Также важно, чтобы в рационе ребёнка были необходимые витамины. Какие основные витамины вы знаете?

СЛАЙД 10 Где живут витамины?

Как вы думаете, где какой витамин присутствует?

А теперь, попробуем разгадать кроссворд.

СЛАЙД 11 Спорт Кроссворд

- Утром раньше поднимайся,
Прыгай, бегай, отжимайся,
Для здоровья, для порядка
Людам всем нужна ... (Зарядка)

- За полем он следит всегда,
Была чтоб честная игра! (Судья)

- Хочешь ты побить рекорд?
Так тебе поможет ... (Спорт)

- Он с тобою и со мною
Шёл степными стёжками.
Друг походный за спиною
На ремнях застёжками. (Рюкзак)

- Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.

По дороге едут ноги
И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:
Это мой ... (Велосипед)

- Крепко натянута сетка,
Рядом стоит вратарь,
Что же это за место,
Куда направлен удар? (Ворота)

- Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки,
А несут меня не кони,
А блестящие (Коньки)

- Чтоб большим спортсменом стать,
Нужно очень много знать.
Вам поможет здесь сноровка
И, конечно ... (тренировка)

Посмотрите, какое ключевое слово у нас получилось? (Здоровье)

СЛАЙД 12 Гигиена. Чем с другом нельзя делиться?

Так с раннего детства нужно приучать ребенка к тому, что такие вещи, как расческа, постель, носовой платок, полотенце, зубная щетка, должны быть индивидуальными.

Заключение

Мне было очень приятно с вами пообщаться. О здоровом образе жизни вы уже многое знали, ну а если и не знали, то сегодня обязательно узнали. Эти знания вы, дорогие родители, можете использовать в воспитании своих детей. Ведь только совместными усилиями мы сможем воспитать бодрых, сильных, веселых, а, значит, и здоровых детей.