**Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение**

**«Детский сад № 30 города Ельца «Ромашка»**

**Педагогическая гостиная**

**"Книга здоровья"**

**(мероприятие с участием родителей и детей)**

**старший дошкольный возраст**

**Подготовил воспитатель:**

**Целуковская А.Г.**

**Елец**

**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, н 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 мчаться 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 изображение 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 вышеперечисленному, 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 сильней 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 приготовили вам памятки здоровья.