

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 «Теремок»

Рыбина Людмила Николаевна

«Азбука здоровья»

конспект развлечения с родителями и детьми
старшей группы
с использованием информационно-коммуникативных технологий

г. Козьмодемьянск, 2017

Цель: Закрепление и обобщение представления о здоровом образе жизни.

Задачи:

- Формировать знания о здоровом образе жизни продолжать формировать культурно-гигиенические навыки закреплять представления детей о разных видах спорта, о важности для здоровья занятия спортом.
- Развивать мышление, память, внимание.
- Воспитывать бережное отношение к своему организму, знать элементарные правила пользования личными предметами гигиены.
- Воспитывать умение внимательно выслушивать педагога и товарищей, отвечать на вопросы.

Материал и оборудование:

Корзина-лукошко, предметы гигиены, картинки для игры Режим дня, полезные и вредные продукты яблоко, сок, чипсы, сухарики и т. д.

Словарная работа: корзина — лукошко, полноценное питание, витамины.

Предварительная работа: дидактические игры: «Овощи и фрукты», «Режим дня»; беседа «Что и зачем мы едим?»; закаливающие мероприятия.

Ведущий: Добрый день, мамы и папы, дедушки и бабушки.

Мы пригласили вас на передачу «Азбука Здоровья», очень рады , что вы нашли время, и надеемся, что вы его проведёте с пользой, потому что речь пойдёт о самом главном, о здоровье.

Внимание, внимание. Проявите свои знания. Предлагаем вам первое задание.

Мозговой штурм (дети и взрослые задают вопросы)

***Что такое витамины?** Витамины – химические составляющие, необходимые для нормального функционирования каждого здорового организма.

***В какой пище больше всего витамина А?**

Яйца, рыба, молоко, зеленые овощи, сливочное масло.

*** Что называют «соком жизни»?** Воду

***Где начинается процесс пищеварения?** Во рту

***В какое время года лучше всего начинать закаляться?** Летом

***Что можно видеть с закрытыми глазами?** Сон

***Почему нельзя грызть ногти?** (Это некрасиво, под ногтями много микробов.)

***Кого называют моржами?** (людей которые, купаются зимой в проруби)

***Сок какого растения используют вместо йода?** (чистотел)

***Почему нельзя пить воду из реки или лужи?**

(В грязной воде находятся различные микробы, которые переносят опасные заболевания).

Ведущий: Молодцы, а к нам на передачу мы пригласили, воспитателя по физической культуре Елену Семёновну. Ведёт беседу о ЗОЖ.

Берегите здоровье – эту фразу каждый из нас слышит не раз.

Мы соглашаемся, но порой, ничего не делаем. Как сделать так, чтобы 365 дней в году быть здоровым?

Ответы взрослых и детей.

Для этого надо потрудиться, вести здоровый образ жизни, правильно питаться, почаще бывать на свежем воздухе, уметь радоваться жизни.

Ребята, а ваши мамы знают с чего начинается день в детском саду?)

Я предлагаю немного размяться и провести разминку.

** Разминка*

** Ребусы пословицы о здоровье.*

Пословицы о здоровом образе жизни

Что бы прожить дольше – надо ходить больше.

Сон лучшее лекарство

Если хочешь быть здоров — закаляйся.

Холода не бойся, сам по пояс.....(мойся).

Овощи на столе – здоровье на сто лет.

Солнце, воздух и вода (наши верные друзья).

Ешь да не жирей, будешь здоровей.

Чистота – залог здоровья.

Мельница живёт водою, а человек едою.

Воспитатель ФИЗО: Хочу вас познакомить с некоторыми упражнениями, которые также развивают и укрепляют здоровье.

Пальчиковая гимнастика – это основа для развития ручной умелости, мелкой моторики пальцев рук, координации движений. Пальчиковая гимнастика оказывает положительное воздействие на познавательные психические процессы: память, внимание, мышление, фантазию и др. (воспитатель вместе с детьми показывает пальчиковую гимнастику, а родители повторяют)

в) Дыхательная гимнастика восстанавливает нарушенное носовое дыхание, очищает легкие и улучшает их снабжения кислородом. Эти упражнения очень полезны для профилактики ОРЗ (показ детьми, а родители повторяют)

г) Музыкаотерапия, которую мы активно используем в своей работе: соответствующая музыка звучит при укладывании детей на сон; во время занятий (особенно на занятиях по рисованию, лепке, аппликации); в сводной деятельности).

д) Оздоровительно–профилактические упражнения для коррекции ступни, самомассаж суджочками и т.д.

Логопед: Елена Семёновна, а мы хотим показать как наши дети умеют делать нейрогимнастику, и научить наших родителей. Эта гимнастика развивает головной мозг и улучшает память, что пригодится всем и детям и взрослым.

Игра «Найди ухо, найди нос»

Логопед: Пришло время с пользой отдохнуть.

Игра «Собери и назови»

Игра «Чем полезно это растение?»

(Крапива, подорожник, ромашка, смородина, малина, мать и мачеха)

Логопед: Елена Семеновна, вы согласны, что наши дети и родители не мало знают о здоровом образе жизни? Интересно, а наши дети и родители знают о том, что есть полезная и вредная еда. Предлагаем отправиться в

Магазин «Полезной и вредной еды» Эстафета

Логопед: Ребята, а какие же самые вкуснейшие блюда у вас в семье готовят родители? **Ответы детей**

Логопед: Это очень здорово: пельмени, котлеты, пироги, ватрушки, салаты...

Логопед: Но я ещё знаю, что у каждой семьи есть свой секрет.

И этот секрет – приготовление вкуснейших блюд. Но секрет-то в том, что какие блюда готовят, чтобы они были действительно не только вкусными, но и полезными для здоровья!

Этим секретом хотят поделиться с нами наши уважаемые мамы и папы. Давайте предоставим им эту возможность!

Родители рассказывают о своем "здоровом блюде", делятся рецептом

Логопед Вот наша встреча и подходит к концу!

Очень хочется узнать, что же вы узнали для себя нового, что взяли на заметку для себя? Думаем, что вы провели время с пользой. И займетесь ещё больше укреплением здоровья детей, и своего.

Список используемой литературы:

1. Боровкова Т.И., Морев И.А. Мониторинг развития системы образования. Часть 2. Практические аспекты: Учебное пособие. - Владивосток: Изд-во Дальневосточного университета, 2004. - 134 с.
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура -дошкольникам. Программа и программные требования. М.: Владос. 1999.
3. Давыдова О.И., Богославец Л.Г., Майер А.А. Работа с родителями в детском саду: Этнопедагогический подход. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 144 с.

4. Дошкольная педагогика /Под ред. В. И. Ядешко и др. - М., 1988. - 415 с.
5. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника. - М.:ТЦ Сфера, 2005. - 96 с.
6. Зверева О.Л., Кротова Т.В. Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 80 с.