

ВСТРЕЧА «В ЗИМНИЙ ВЕЧЕРОК»

Тема: «Быть здоровым – стильно, модно!»

Цель: пропаганда здорового образа жизни

Задачи:

1. Способствовать установлению доверительных и партнёрских отношений с родителями воспитанников.
2. Активизировать родительскую общественность к участию в совместной физкультурно-оздоровительной работе.
3. Углубить компетенции родителей об основных факторах, способствующих укреплению и сохранению здоровья ребенка в условиях семьи.
4. Формировать у родителей ответственное и осознанное отношение к сохранению и укреплению здоровья ребенка, своего, семьи.
5. Дать возможность родителям и детям ощутить радость, удовольствие от совместной деятельности.

Участники: воспитанники вторых младших групп и их родители, воспитатели.

Подготовили и провели: Боровская Н.С., Ланцевич Е.И., воспитатели дошкольного образования, Семеняко Н.Н., музыкальный руководитель.

Предварительная работа:

Изготовление родителями газет «ЗОЖ в нашей семье».

Разучивание с детьми стихотворений о ЗОЖ.

Подбор музыки.

Подбор пословиц и поговорок о ЗОЖ.

Подготовка памяток для родителей.

Анкетирование родителей.

Ход мероприятия:

Ведущий 1. Здравствуйте! – это слово одно из самых главных. Сколько радости света в себе несет оно. В нем все: и тепло, и встречи, и рукопожатия друзей и пожелания здоровья.

Ведущий 2. Здравствуйте! Одно только слово, а на ваших лицах улыбки, и беседа наша становится дружнее.

Ведущий 1. Мы приглашаем всех вас в центр зала, чтобы поприветствовать друг друга.

Игра «Давайте поздороваемся».

Участники по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по залу и здороваться со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определённым образом:

1 хлопок – здороваемся за руку;

2 хлопка – здороваемся плечами;

3 хлопка – здороваемся спинами;

Ведущий 2. Сегодня мы собрались, чтобы обсудить волнующую всех родителей тему здоровья наших детей.

Ведущий 1. Как воспитывать у дошкольников потребность в заботе о своем здоровье?

Ведущий 2. Как можно сохранить и укрепить здоровье?

Ведущий 1. Как же нам вырастить здоровое поколение?

Ведущий 2. В нашем дошкольном центре развития ребёнка с целью укрепления физического и психического здоровья воспитанников ведется планомерная работа:

внедряются педагогические проекты, направленные на формирование культуры здорового образа жизни;

разрабатываются оздоровительно-профилактические программы;

проводятся оздоровительные мероприятия.

Нам, взрослым, в первую очередь необходимо прививать детям осознанное отношение к собственному здоровью уже в дошкольном возрасте. Воспитатели нашего дошкольного центра развития ребёнка творчески подходят к этому процессу: тематические беседы, развлекательные и игровые программы, театрализованные представления, выставки, дни здоровья – и это неполный перечень проводимых мероприятий. Вся работа проводится в интересной, доступной и занимательной форме. Также организуются спортивные мероприятия на свежем воздухе, спортивные праздники, конкурсы и развлечения. Воспитанию успешного, физически развитого и здорового подрастающего поколения способствует приобщение детей к ежедневным занятиям утренней гимнастикой, занятиям по физическому развитию, закаливанию, правильному питанию, к прогулкам на свежем воздухе.

Несмотря на такую масштабную работу, необходимо, чтобы воспитание здорового ребенка проходило в тесном сотрудничестве с родителями. Важно, чтобы забота о здоровье детей в учреждении дошкольного образования сочеталась с заботой о ребенке в семье. В первую очередь семья должна быть примером воспитания культуры здорового образа жизни.

Ведущий 1. Итак, так что же мы должны знать о здоровье? (Все участники делятся на две команды. Первая команда называется «Гипертоники», а вторая – «Сердечники». За каждый правильный ответ команда получает ладошку. Вопросы по очереди задаются обоим командам.)

Блиц-игра:

1. Что такое гиподинамия? (Нарушение функций организма: опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения при ограничении двигательной активности, снижении силы сокращения мышц.)

2.Для чего нужна физкультминутка?(Для уменьшения утомления и снижения отрицательного влияния однообразной позы.)

3.Перечислите формы закаливания. (Контрастный душ, обтирание, обливание, воздушные ванны, солнечные ванны, босохождение, моржевание, купание в открытых водоёмах, баня, прогулки на свежем воздухе.)

4. Как можно квалифицировать подвижные игры? (Игры большой подвижности– бег, прыжки; игры средней подвижности – ходьба, передача мяча; игры малой подвижности – игры с ходьбой, игры на внимание.)

5.Перечислите принципы закаливания. (Постепенность, последовательность, систематичность, учёт индивидуальных способностей, комплексность, активное и положительное отношение детей к закаливающим процедурам, «Не навреди!».)

6. Продолжите предложение: ходьба, бег, лазанье и метание – это... (Основные движения.)

7. Назовите заболевание, сопровождающееся нарушением осанки. (Сколиоз.)

8. Продолжите предложение: Быстрота, ловкость, выносливость – это...(Физические качества.)

Ведущий 2. Пришло время с пользой отдохнуть. Давайте вместе вспомним пословицы и поговорки о здоровье. У команды «Гипертоники» начало пословиц, а у команды «Сердечники» продолжение. (Под музыкальное сопровождение.)

- Береги платье снову, а здоровье... (смолоду).
- Тот здоровья не знает, кто болен... (не бывает).
- Болен – лечись, а здоров... (берегись).
- Забота о здоровье – лучшее... (лекарство).
- Здоровье сгубишь, новое... (не купишь).
- Двигайся больше – проживешь... (дольше).
- После обеда полежи, после ужина... (походи).
- Здоров на еду, да хил... (на работу).
- Лук семь недугов... (лечит).

Ведущий 1. Давайте выясним, что необходимо нашим детям, чтобы быть здоровыми! Предлагаю поиграть в игру «Неоконченное предложение». Передавая солнышко из одной команды в другую, родители договаривают предложение:

Мой ребёнок будет здоров, если будет ... каждый день делать гимнастику.

Мой ребёнок будет здоров, если будет ...правильно и во время питаться и т. д.

Мой ребёнок будет здоров, если будет ... закаливаться.

Мой ребёнок будет здоров, если будет ... соблюдать режим дня.

Мой ребёнок будет здоров, если будет ... заниматься физкультурой.

Ведущий 2. Дорогие родители, поднимите, пожалуйста, все ладошки, которые вы получили за правильно выполненные задания. Посмотрите, как их много! Сколько всего, что касается здоровья, вы знаете! Поскольку наши команды показали свою эрудированность, умения, активную позицию в области здоровьесбережения, то они НЕ имеют право называться «Гипертониками» и «Сердечниками». Отныне присваиваем вам названия: «Бодрячки» и «Здоровячки»!

Ведущий 1. Мы часто приглашаем на мероприятия представителей других ведомств, чтобы грамотно и достоверно донести необходимую информацию родителям, но при этом в первую очередь даём возможность выступить родителям-специалистам в той или иной области.

Здоровый образ жизни – это и воспитание культуры безопасного поведения. Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Все мы — педагоги и родители — пытаемся ответить на вопрос: «Как обеспечить безопасность и здоровье наших детей? ». Давайте вместе постараемся найти ответ на него.

Ведущий 2. Учитывая цель и задачи сегодняшней встречи, мы предоставляем слово отцу Марка Семеняко Игорю Анатольевичу, начальнику смены Волковысского РОЧС.

Ведущий 1. А сейчас наступила долгожданная минута радости, счастья, любви, потому что к нам присоединяются наши дети. Выступление детей.

«Песенка-здоровалка».

Чтение стихов.

Быть здоровым стильно, модно! Ясно даже малышу!

Выбирает он свободно: теннис, плавание, у-шу!

С братом он в футбол играет, с мамой ходит в фитнес-зал,

Спорт нас всех объединяет, он нам всем здоровье дал!

Физкультура всем полезна,

Физкультура всем нужна.

И от лени, от болезни

Ведь спасает нас она.

Чтоб здоровым, сильным быть

Со спортом надо всем дружить.

На зарядку выходите,

Свою ловкость покажите .

Танцевальная гимнастика «Полька-Енька». (В обработке.)

Ведущий 1. Когда дети растут, они постоянно учатся владеть своим телом. Развивается чувство собственного тела (способность ориентации, координация), а также основные двигательные навыки, которые должны быть сформированы у ребёнка в первые пять лет жизни.

Игры родителей с детьми «Общипанная курица», белорусская народная игра «Гарлачык»

Ведущий 2. Родитель, излучающий здоровье, жизненную энергию, оптимизм, хорошее настроение – это главный пример для ребят. Старайтесь всегда быть добрым примером для ребенка не только в организации здорового образа жизни, безопасности жизнедеятельности, но и во всем остальном. Мы благодарим за активное участие в нашей встрече «В зимний вечерок». А закончить встречу я хочу стихотворением:

Хочешь быть здоровым – будь!

Начинай к здоровью путь:

Спорт себе в друзья зови,

Воздух грудью всей лови.

За столом не объедайся,

Физкультурой занимайся.

Откажись от лишних бед

От спиртного, сигарет,

Говори друзьям свободно:

«Быть здоровым нынче модно!»

Ведущий 1. Желаем вам здоровья и успехов, надеемся, что наши полезные советы вам пригодятся. (Ведущий раздает родителям памятки о ЗОЖ.)