**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска**

 **«Детский сад № 373 комбинированного вида «Скворушка»**

 **ул. Есенина, д. 27А, тел. 267-67-11**

 **СЦЕНАРИЙ**

 **Педагогической мастерской для родителей**

 **«Мы вместе!»**

 **в номинации «Лучшая педагогическая разработка»**

 **Всероссийского конкурса**

 **Разработала:**

 **Вязникова Наталья Александровна,**

 **старший воспитатель**

 **Новосибирск- 2017**

**АКТУАЛЬНОСТЬ**

 Среди значимых для человека ценностей одно из главных мест занимает **здоровье**. Особенно волнует проблема сохранения **здоровья будущего поколения**. Доминирующую роль здесь играет фактор семьи. В Законе РФ «Об образовании» ст. 18 п. 1 определяется, что родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в детском возрасте. Но и пребывание   ребенка в детском саду является важной вехой в жизни детей. От того, как сложатся отношения, взаимодействие родителей и коллектива дошкольного учреждения зависит будущее ребенка, его физическое и психическое здоровье, полноценное развитие. Ведь воспитатели сталкиваются с проблемой: ослабленное здоровье детей, низкий уровень их физического развития, гиподинамия и т.д. Только тесное взаимодействие всех участников педагогического процесса (детей, родителей, коллектива детского сада) может сформировать у дошкольников навыки и привычки здорового образа жизни.

 Для успешного взаимодействия с семьями воспитанников, мы стараемся сочетать и интегрировать традиционные формы взаимодействия с родителями (индивидуальные беседы, консультации, анкетирование, родительские собрания и др.) с инновационными: обобщение лучшего семейного опыта с использованием современных мультимедиа технологий, проведение педагогических мастерских, День «Здоровья», День Семьи, спортивные досуги и другие.

 В нашей практике сложились наиболее рациональные формы работы с родителями, позволяющие вести непрерывное образование взрослых. Родители получают позитивные эмоции, знания, повышается активность других родителей.

Для родителей такие встречи оборачиваются праздничным событием и не теряют своей привлекательности по нескольким причинам:

* актуальность тем, поднимаемых при встречах;
* насыщенность встреч коррекционной, профилактической и просветительской информацией;
* возможность родителей поговорить о детях.

Педагогическая мастерская «Тропинка к здоровью» для родителей нашей группы-это оригинальный способ организации деятельности родителей при участии воспитателей, инициирующих поисковый, творческий характер деятельности участников, **чтобы все встречи с родителями проходили в форме открытого диалога или дискуссии.**

 Ценность такой формы взаимодействия с родителями в том, что она обеспечивает обратную связь, обмен мнениями, формирует положительные отношения между участниками мероприятия. А стержнем данной формы работы являются коллективные обсуждения, рассуждения, аргументация выводов, обогащение друг друга знаниями по сохранению и укреплению здоровья наших детей.

 Педагогическую мастерскую для наших родителей (средняя группа) мы решили провести в течение недели, так как родители наших воспитанников- народ занятой, много служащих и их трудно всех собрать на мероприятие. Поэтому был составлен План проведения педагогической мастерской (дата, время), чтобы родители могли определиться и прийти на мероприятие в любой из предложенных дней.

**Цель:** Повышение педагогической культуры, непрерывного образования родителей по вопросам здоровьесбережения детей. Создание положительного эмоционального комфорта у родителей в процессе общения друг с другом. Вовлечение родителей в подготовку самого мероприятия.

**Задачи:**

1.Организовать совместное мероприятие для повышения знаний родителей по вопросам здоровьесбережения, организации правильного питания и формирования у них ответственного отношения к здоровью детей и собственному здоровью.

2.Способствовать стремлению и желанию каждой семьи сохранять и поддерживать здоровье с помощью здоровьесберегающих технологий.

3.Творчески использовать образовательный потенциал семьи для дальнейшего взаимодействия, совместной деятельности, обменом информации.

4. Способствовать преодолению дистанцирования родителей от детского сада,

Доносить до родителей информацию психолого- педагогического содержания, направленную на помощь в организации детской деятельности в домашних условиях.

**5.Рекомендовать родителям использовать каждую возможность для формирования навыков здорового образа у сына/дочери. Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни детей и помогать родителям планировать выходные дни с детьми.**

**6.Поощрять родителей за ответственное отношение к вопросам сохранения и укрепления здоровья ребенка.**

**План проведения педагогической мастерской «Тропинка здоровья»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Наименование мероприятия | Дата проведения | Место проведения | время |  задачи |
| **1.** | **День первый.** **Начнем утро вместе с родителями.** | **17.04.2017** | **Спортивный зал** | **8.00** | **Донести до родителей, что утренняя гимнастика -одна из наиболее распространенных форм применения физкультуры, тонизирует организм, повышает основные процессы жизнедеятельности – кровообращение, обмен веществ, дыхание.** |
| **2.** | **Профилактика здоровья в условиях ДОУ:****-Гимнастика пробуждения** | **17.04.2017** | **Группа № 10 для детей с 4-5 лет (средняя)** | **15.00** | **Поднять настроение и мышечный тонус детей, а также обеспечить профилактику нарушений осанки** |
| **-Закаливающие процедуры вместе с родителями и детьми.** | **17.04.2017** | **Группа № 10 для детей с 4-5 лет (средняя)** | **15.05** | **Тренировка защитных сил организма, выработка способности быстро адаптироваться изменяющимся условиям.** |
| **-Дыхательная гимнастика вместе с родителями и детьми.** | **17.04.2017** | **Группа № 10 для детей с 4-5 лет (средняя)** | **15.15** | **Показать родителям, что дыхательные упражнения улучшают деятельность дыхательной мускулатуры, усиливают обменные процессы, развивают воздушную струю для правильной речи.** |
| **3.** | **День второй.****Проведение викторины «Здоровейка спрашивает».** | **18.07.2017** | **Группа № 10 для детей с 4-5 лет (средняя)** | **17.30** | **Выяснить уровень знания родителей, формировать ЗОЖ**  |
| **4** | **Практические игры с родителями, укрепляющие психологическое здоровье ребенка** | **18.04.2017** | **Группа № 10 для детей с 4-5 лет (средняя)** | **18.10** | **Дать представление о важности сохранения и укрепления психологического здоровья ребенка как основы здоровой, социальной личности.**  |
| **5.** |  **День третий.****Дегустация детских блюд «Вкусное общение»** | **19.04.2017** | **Группа № 10****для детей с 4-5 лет (средняя)** | **17.30** | **Обогащать педагогический опыт родителей по теме организации здорового питания;****Проявлять единство в подходах и требованиях к детскому питанию;****Способствовать формированию привычки здорового питания в семье;** **Расширить представления родителей воспитанников о разнообразии детских блюд, а также наглядно продемонстрировать их необыкновенный вкус, эстетичность оформления.** |
| **6.** | **Экспресс-опрос «Чтобы мой ребенок был здоров, нужно…»** | **19.04.2017** | **Группа № 10****для детей с 4-5 лет (средняя)** | **18.10** | **Выяснить знания родителей о приоритетах здоровья в семье.** |
| **7.** | **День четвертый.****Игры нашего детства. Поиграем?** | **20.04.2017** | **Участок группы № 10** | **17.20** | **Показать родителям, что совместные игры полезны для здоровья, необходимы для воспитания смелости, воли, упорства в достижении цели, для становления характера человека.** |
| **8.** | **День пятый.****Футбол с родителями? Поиграем!** | **21.04.2017** | **Спортивная площадка детского сада** | **17.20** | **Дать понимание родителям, что футбол – это укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие; овладение спортивной техникой, воспитание волевых качеств; воспитание интереса и любви к футболу, получение эмоций от игры с родителями.** |
| **9.** | **Подведение итогов и раздача родителям буклета «Психологическое здоровье дошкольника»** | **21.04.2017** | **Группа № 10****для детей с 4-5 лет (средняя)** | **18.30** | **Рекомендовать родителям посильные игры, средства для укрепления психологического здоровья, дать информацию о психологическом здоровье ребенка**. |

**Сценарный ход:**

**День первый.**

**Воспитатель:** Доброе утро! Начинается новый день! Он должен быть интересным, успешным, плодотворным, а для этого нам нужна бодрость, хорошее самочувствие. И утренняя гимнастика поможет нам, даст заряд энергии и позитива. «Если день начать с зарядки –значит, будет всё в порядке».

**Приглашает родителей в спортивный зал на утреннюю гимнастику.**

**Во вторую половину дня.**

**Воспитатель** проводит гимнастику после дневного сна «Пробуждение солнышка» и закаливающие мероприятия .

Медицина уверяет, что "каждый шаг босиком -лишняя минута жизни". При первой же возможности ребёнку нужно ходить босиком. Дайте детям в летний период возможность ходить босиком по песку и по асфальту, по мелким камушкам и шишкам. Кроме закаливающего эффекта -это прекрасное средство профилактики плоскостопия.

**Воспитатель** предлагает родителям пройти по «Дорожке здоровья».

Проводит комплекс дыхательной гимнастики вместе с родителями.

**Воспитатель:** Уважаемые родители, этот несложный комплекс можно выполнять не только в детском **саду**, но и **дома**.

Далее проводит обзор спортивного уголка группы.

У нас в много нестандартного физкультурного оборудования. Наши дети с удовольствием занимаются разными спортивными упражнениями.

**День второй.**

1 **Воспитатель:**

Здравствуйте, уважаемые родители! Мы очень рады новой встрече с Вами!

Говоря «Здравствуйте!», мы желаем человеку быть здоровым, крепким, сильным. Так давайте поприветствуем друг друга.

(Родители образуют круг, поочередно произносят слова приветствия: «Добрый вечер», «Здравствуйте», «Я Вас приветствую», «Рада видеть Вас» и т.п. Вместо фразы можно использовать любой приветственный жест.).

 Сегодня мы с Вами поговорим о здоровье. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Предлагаем Вам викторину.

**Викторина для родителей «Здоровейка спрашивает».**

1. Этот витамин улучшает зрение, способствует росту, повышает

сопротивляемость организма к заболеваниям, способствует оздоровлению кожи. **(Витамин А).**

2. Ваши действия при ожоге случившимся с ребенком**? (Снять облитую кипятком одежду быстро и аккуратно, чтобы горячая ткань не усилила ожог. Место ожога охладить льдом или холодной водой. наложить стерильную, сухую повязку. При большей площади ожога вызвать скорую помощь. Не смазывать кремом, только усугубите ситуацию).**

3. Какие фрукты, овощи, растения используются для понижения температуры? **(Малина, чеснок, липа, лимон и т. д.).**

4. Какие овощи содержат натуральный антибиотик аллицин, который уничтожает болезнетворные микробы, не причиняя вреда дружественным для нашего организма бактериям. **(Чеснок, редис, лук).**

* 1. Этот витамин повышает сопротивляемость организма к инфекциям, влияет на наполнение и расходование энергии, укрепляет кровеносные сосуды, способствует заживлению ран, поддерживает в здоровом состоянии десны, зубы, кости, является сильным антиоксидантом. **(Витамин С.)**
	2. Как лучше приготовить картофель, чтобы сохранить в нем витамин С?

-Сварить

-Поджарить

-Запечь в кожуре **(Запечь в кожуре.)**

* 1. Листья, какого растения используются при ушибе и кровотечении? **(Лопух, подорожник, полынь горькая, лук огородный, бодяга, зверобой).**
	2. Сок, какого растения используется вместо йода? **(Чистотел).**
	3. Почему нельзя гладить бездомных, чужих кошек и собак**? (можно «подхватить» лишай, клещей).**
	4. Какие Вы знаете бактерицидные растения? Назовите. **(Герань, розмарин, мирт, хлорофитум, аспарагус, туя, фикус Бенджамина, хризантема кустовая, бегония, столетник и др.).**
	5. В каких продуктах содержатся витамины группы В? **(Ржаной хлеб, салат, морковь, картофель, дрожжи).**

12. Ваши действия при тепловом ударе, случившимся с ребенком? **(перейти в прохладное место, хорошо вентилируемое, раздеть ребёнка и уложить. Влажным полотенцем протереть лицо и конечности. Обильное питье. Желательно не сладкое и не слишком теплое. Замечательно, если это будет минеральная вода, но подойдет и любая чистая питьевая).**

13. Какие продукты для детского питания Вы считаете вредными? **(Чипсы, кока-кола, гамбургеры, пельмени, жаренные продукты, газированные напитки, консервы, грибы, леденцы, карамель, колбасы копченые и т д.).**

14. Назовите полезные для здоровья детей блюда? **(молочные продукты, творожки, злаки, блюда (овощные, мясные) тушеные или приготовленные на пару, кисели, всевозможные омлеты, суфле мясное-куриное, запеканки овощные, оладушки, лапшевники и т.д.).**

 **Воспитатель:** А сейчас давайте проведем **экспресс-опрос «Чтобы мой ребенок был здоров, нужно…».**

 Родители письменно пишут свои варианты ответа. Воспитатели собирают листы и озвучивают **результаты:**

 Из 14 участвовавших родителей- 5 родителей написали (вырабатывать иммунитет, закаляться), 2 родителя (принимать комплекс витаминов), 3 родителя (посещать спортивные секции) и 2 родителя (не употреблять вредные продукты).

 **Воспитатель:** В детском возрасте психическое и физическое здоровье дает малышу «счастливый билет» в будущее, помогая наиболее благоприятному развитию всех физических, психических функций и душевных качеств. Физическое здоровье неотъемлемо от психического здоровья детей. Дети находятся под воздействием ряда неблагоприятных факторов, оказывающих не самое лучшее влияние на психическое здоровье.

Этими факторами являются: ускорение темпа современной жизни, ранний выход матери на работу, дефицит времени и общения и т. д. Следствием этого является чрезмерная загруженность родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем. Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику. Дети начинают видеть мир только с позиции собственных интересов и желаний, не умеют общаться со сверстниками, понимать требования взрослых, не умеют выражать свои эмоции.

 **Воспитатель:** Предлагаю вашему вниманию игры, которые направлены на формирование психологического здоровья вашего ребенка. В эти игры вы легко сможете поиграть со своим малышом дома.

**Игра «Мешочек криков»**

Детям очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. Это не вызывает одобрения у взрослых. Нужно дать им возможность немного успокоиться, выплеснуть негатив приемлемым способом.

 Если ребенок возмущен, взволнован, разозлен и не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться "мешочком криков". Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее. Мешочек должен храниться в определенном месте и не использоваться с другими целями.

**Пантомима «Смелый зайка»**

 Цель: коррекция тревожности, развитие эмоциональной сферы, экспрессии.

Надоело зайке бояться. Поза: «руки в боки», нога вперед. «Не боюсь волка! (Шаг вперед) Не боюсь лисы! (Еще шаг) Не боюсь снега! (Играют в снежки)».

**Воспитатель**: Дошкольное детство- это большая, интересная сказка, в которой можно все постигать и всему учиться, реализовывать свои желания, накапливать социальный опыт и становиться героем. Игра для детей - это главный интерес в их маленькой жизни.

Игры интеллектуально развивают ребенка, развивают речь, социализируют, снимают психологические барьеры, учат общаться со сверстниками. Как можно часто играйте со своими детьми и Вы будете самыми лучшими родителями и партнерами на Земле!

**День третий.** **Дегустация «Вкусное общение».**

**Воспитатель:** Добрый вечер, наши дорогие участники педагогической мастерской «Тропинка здоровья». Каждого из Вас заботит, чем кормят ребенка в нашем детском саду.

 Вопрос питания - один из самых волнующих вопросов для мам и пап, и это нормально, ведь правильное питание - это здоровье! Забирая ребенка из детского сада, Вы, в первую очередь, интересуетесь «Что ты сегодня кушал?», «Вкусно было?». Переживаете, все ли съел ребенок, полезными и вкусными ли были блюда.

 Правильное питание - это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости. Правильное питание–включение в рацион продуктов, богатых витаминов А,В,С и Д, минеральными солями (кальцием, фосфором, магнием, медью), а так же белком. Все блюда для детей желательно готовить из натуральных продуктов, нерафинированных, без добавок, специй и консервантов. Немаловажно соблюдать режим питания –соблюдение интервалов между приёмами пищи. Поэтому в плане работы нашего детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест.

 Сегодня на нашу встречу мы пригласили шефа-повара детского сада, который знает много секретов здорового и вкусного питания детей.

 Воспитатели предлагают родителям продегустировать несколько детских блюд из 10-дневного меню. Проходит общение шефа-повара с родителями, она рассказывает о рецептах приготовления блюд, которые заинтересовали родителей.

**День четвертый.**

 **Воспитатель:** Добрый вечер, уважаемые родители! Игры нашего детства. Когда-то во дворе собиралось много детей разных возрастов, которых объединяло одно - дворовые игры.

 -В какие игры Вы играли? (ответы родителей- «Вышибалы», «Пионербол», «Казаки-разбойники», «Догонялки», «Земля», «Штандр» и многие другие).

 **Воспитатель:** Девочки постоянно прыгали через резинку, весь двор той поры был изрисован классиками! Мальчишеские забавы – это игры в “войнушку”, рогатки, самопалы, тарзанки. Когда наступала зима количество детей не уменьшалось, ведь санки, лыжи, коньки были почти у каждого.

 С приходом нового компьютерного века и прочих достижений информационных технологий, дворовые игры отошли в прошлое. Дворы заставлены автомобилями. Молодое поколение вместоживого общения предпочитает «чатиться» и оставлять сообщения в социальных сетях, играть в современные «стрелялки» в онлайн-режиме.

 И наши дошкольники тоже стремятся больше времени проводить у компьютера, играть с планшетами и другими гаджетами. Всё это негативно сказывается на развитие организма и личности в целом. Если не рассматривать подробно проблемы с физиологией (гиподинамия, потеря зрения, ожирение, неправильное развитие мышц молодого организма), то возникающие психологические и социальные проблемы набирают обороты.

 И виной тому не только и не столько информатизация общества, а еще и отношение самих родителей к своим детям, более упрощенные методы воспитания. Вечерами ребенок сидит в компьютере и не отвлекает от просмотра сериалов или социальных сетей. А чем занимается ребенок, какие сайты изучает и в какие игры играет – об этом не каждый задумывается.

 Не секрет, дети копируют своих родителей. Не все родители могут водить своих детей в спортивные секции и творческие кружки. Не у всех есть и дачные участки. Но родители могут купить мяч, бадминтонные ракетки, летающие тарелки, мяч и выйти с ребенком во двор, вместе с ним поиграть, побегать, попрыгать, вспомнить свое детство! А там и компания быстро соберется, и в привычку войдет играть без взрослых. Хороший пример - всему начало.

 Давайте с нашими детьми попрыгаем через «резиночку», вспомним, как играли в «классики», в «догонялки». Заряд энергии нам будет обеспечен, а, главное, Вы научите детей играть в игры Вашего детства.

 Родители и дети идут на участок играть в дворовые игры.

**День пятый. «Поиграем в футбол? Поиграем!»**

**Воспитатель**: Уважаемые родители, наша пятая встреча начнется с загадки - Какая спортивная игра является самой популярной в мире? (Футбол.)

На спортплощадку нам пора!
Нас ждет любимая игра.
В ней ценное, конечно, гол.
Зовется та игра - футбол.
Неутомимы и легки,
Бегут по полю игроки,
Перед собою мяч ведут,
Мелькает он и там, и тут.

В игре свой тонус повышаем,

 И глазомер мы укрепляем.

 А главное, что вместе мы

 Задором детского полны!

**Воспитатель:** Футбол - игра коллективная, игры с мячом — это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игры дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударам по мячу ногой, ведении ногой, ударам по цели и на дальность с места и с разбега, но также и в ходьбе, беге, прыжках. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А если попинать мяч с папой –это высший эмоциональный всплеск у ребенка.

 Воспитатели приглашают родителей на спортивную площадку. Проводится совместное мероприятие с родителями – игра в футбол. Родители разделяются на команды, выбирается судья.

 **Обратная связь.**

**Воспитатель:** Дорогие родители, мы с Вами замечательно общались, были едины в понимании здорового образа жизни семьи. Быть здоровым- естественное желание каждого человека.

Семья является источником и важным звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, она была, есть и будет важнейшим институтом воспитания, социализации ребенка. Совместная работа детского сада и семьи по приобщению детей дошкольного возраста к ЗОЖ немыслима друг без друга на современном этапе развития общества. Ведь только совместными усилиями мы можем воспитать сильных, бодрых, веселых, а значит, и здоровых детей. И вы многое почерпнули из недр нашей педагогической мастерской.  Недаром говорят «Здоров будешь – всё добудешь! Так будьте здоровы!». Родителям раздаются на разработанный память буклет о психологическом здоровье дошкольника и предлагают написать своё впечатление о проведенном мероприятии.

Н**аши совместные результаты:**

 Несмотря на то, что средняя группа проводит совместные мероприятия с родителями, педагогическая мастерская «Тропинка здоровья» помогла родителям по-иному взглянуть на проблему здоровьесбережения своего ребенка. И мы открыли более глубокий потенциал семей своих воспитанников. В социальной сети «В контакте» создана группа из наших родителей средней группы и после проведенного мероприятия они позитивно обсуждали мероприятие. По отзывам родителей, они получили эмоционально-психологическую разрядку, отдохнули душой и просто окунулись в свое детство, но кроме того, получили немало полезной информации об укреплении здоровья детей.

 -Родители стали проявлять интерес, активную позицию и высокую ответственность к проводимым оздоровительным мероприятиям в детском саду;

 -Изменился характер обращения родителей к педагогу в сторону интереса к вопросам оздоровления детей;

 -Улучшились взаимоотношения в семье за счёт понимания собственного ребёнка, адекватной оценки его здоровья и физического развития;

-Сформировалось положительное мнение родителей о компетентности воспитателей в вопросах оздоровления, повысилась удовлетворённость оказанной помощью.

 -Большая часть родителей убедилась, что можно найти возможность для занятий физической культурой, повышения двигательной активности ребенка вне детского сада.
 **В перспективе** мы вместе с родителями старшей и подготовительной групп решили провести мероприятие «Здоровый ребенок- счастливые родители!».

 **Литература:**

1.Свирская Л. Работа с семьей: необязательные инструкции: Методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. /Л. Свирская. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС,2007.

2.Семейная академия: Вопросы и ответы. / Овчарова Р. В.- М.: Просвещение: Учеб., лит.,1996.

3.Горшенинник В.В., Самошкина И. В. Черкасова Н. П. Система работы в детском саду по вопросам семейного воспитания. / Горшенинник В. В. - М.: Глобус, Волгоград: Панорама,2007.

4. Багманян М. М. Взаимодействие ДОО и семьи по формированию представлений о ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 10. – С. 21–25. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56812.htm>.

5. Зимонина В. А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.; ВЛАДОС,2003-304 с.