**Муниципальное образование город Ноябрьск**

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Теремок»**

**муниципального образования город Ноябрьск**

**МБДОУ «Теремок»**

629828 г. Ноябрьск, мкр. «Вынгапуровский», ул.70 лет Октября 14, тел. 37-31-50, тел./факс 37-41-50

E-mail: [teremok-2009@mail.ru](mailto:teremok-2009@mail.ru) ОКПО 52536069, ОГРН 1028900704601, ИНН/КПП 8905026754/890501001

**Сценарий деловой игры с родителями**

**на тему:**

**«Счастливая семья-здоровый ребёнок»**



*Звучит музыка «Под крышей дома своего».*

**Педагог:** Добрый день, уважаемые родители! Мы благодарим Вас, что вы нашли время и пришли на нашу сегодняшнюю встречу. Детские годы - самые важные в жизни человека. И как они пройдут, зависит от нас взрослых – родителей и педагогов. Итак, тема нашей встречи «**Счастливая семья-здоровый ребёнок**».

Я думаю, что многие, согласятся, с тем, что человеческое **счастье** вряд ли возможно без **семьи**. Чтобы начать наше мероприятие, нам надо представиться. И для этого я предлагаю всем **поиграть в игру**«Птица **счастья**». У кого птица окажется в руке, тот высказывает свое мнение о понятии «**Семья**». Итак, приступим. (родители должны рассказать о себе, о своей **семье**)

**Педагог:** Молодцы, мне было очень интересно услышать ваше мнение о том, как вы понимаете слово «**Семья**»*(ответы родителей)*

**Семья** – это основное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные. Поэтому необходимо с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять здоровье, чтобы личным примером демонстрировать здоровый образ жизни. Сегодня очень важно нам взрослым формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. В последнее время в нашей стране идет активная работа по формированию здорового образа жизни среди населения. Безусловно, **семья** должна быть здоровой. Здоровая **семья** является признаком сильного государства. Вряд ли можно найти родителей, которые не хотят, чтобы их дети росли здоровыми, а ведь для этого не так много и надо. Давайте рассмотрим основные компоненты здоровья, позволяющие при правильном использовании оставаться нашим детям здоровыми и жизнерадостными.

***1. Правильно организованный режим дня.***

**Педагог:** Основными компонентами режима дня являются прогулка и сон. Домашний режим в выходные должен соответствовать режиму дошкольного учреждения. Очень важен и общий распорядок жизни. К сожалению, во многих семьях, особенно молодых, пренебрегают режимом, а это неизбежно идёт во вред ребёнку. В выходные дни следует больше проводить время на воздухе. Пребывание на свежем воздухе способствует повышению сопротивляемости организма к болезням. Сон восстанавливает нормальную деятельность организма. Важно создавать благоприятную обстановку для сна.

***2. Оптимальный двигательный режим в семье.***

**Педагог:** Двигательная активность детей создает предпосылки для прочного включения физической культуры в жизнь детей, формирует у них потребность в здоровом образе жизни. Для укрепления здоровья эффективны ходьба и бег. Они способствуют закаливанию организма. Поэтому было бы здорово, если закаливание стало общим семейным делом. Если мы хотим видеть своего ребёнка здоровым – надо ежедневно проводить закаливающие процедуры. Основными средствами закаливания детей являются естественные факторы природы — воздух, вода, солнце.

В детском саду каждое утро обязательно проводятся комплексы утренней гимнастики. Не надо забывать про утреннюю гимнастику и дома.

***3. Правильное питание.***

**Педагог:** Здесь очень важно соблюдать определённые интервалы между приёмами пищи. Питание дошкольника должно быть сбалансированным и должно отличаться от нашего ежедневного рациона. Ведь его пищеварительная система еще только формируется. Важным условием является строгий режим питания, который предусматривает не менее 4 приемов пищи. Причем 3 из них должны обязательно включать горячее блюдо.

Главное правило, о котором забывают родители – питание должно быть разнообразным. Это важнейший фактор, который способствует нормальному интеллектуальному и физическому развитию ребенка.

***4. Спокойный психологический климат.***

**Педагог:** Ребенку необходим спокойный, доброжелательный психологический климат в семье. Мы должны не только охранять детский организм от вредных влияний, но и создавать условия, которые способствуют повышению защитных сил организма ребенка, его работоспособности. Перебранки в присутствии ребёнка способствуют возникновению невроза, усугубляющий нервную систему.

***5. Отсутствие вредных привычек.***

**Педагог:** Удар по здоровью ребёнка наносят вредные наклонности родителей. Помните, что дети всегда, даже подсознательно, стараются копировать родителей, и, если ваш образ жизни трудно назвать здоровым, никакие запреты не заставят ваше чадо отказаться от вредных привычек.

Влияние семейного воспитания на формирование личности ребенка играет значительную роль. Если требования, предъявляемые к ребенку в детском саду и семье, не согласованы, то воспитание полезных навыков и привычек будет очень затруднено. Сотрудничество детского сада с семьей поможет выявить какую-либо причину, найти пути ее решения.

 А сейчас я приглашаю вас на нашу цветочную полянку. Ведь дети – это цветы, и порой они нам задают задачки.

*(деление на команды)*

***1.«ЦВЕТОЧНЫЙ БЛИЦ» (Разминка)***

**Педагог:** Человек – совершенство природы, но для того чтобы он мог пользоваться благами жизни, наслаждаться ее красотой, очень важно иметь здоровье. Сейчас, в качестве разминки предлагаю вам «Цветочный блиц», состоящий из вопросов о здоровье.

Правила игры: вы слушаете вопрос и сразу даете ответ, принимается ответ от команды, которая первая поднимет свой символ.

•ВОПРОС: ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ?

•ВОПРОС: НАЗОВИТЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ?

•ВОПРОС: ЧТО ТАКОЕ ЗОЖ?

•ВОПРОС: ЧТО МЫ ПОДРАЗУМЕВАЕМ ПОД ЗДОРОВЫМ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ?

***2. «ЦВЕТИК – СЕМИЦВЕТИК»***

**Педагог:** Разминка окончена, мы приступаем к более сложным вопросам, в этом нам поможет    Цветик – семицветик.

**1лепесток.** Что такое закаливание? Какие виды закаливания вы знаете? Расскажите о том, какие виды закаливания вы используете дома.

**2лепесток.** Что такое рациональное питание?

Назовите вредные и полезные продукты питания.

Ваше любимое блюдо в **семье**?

Какой «напиток защиты» (сок) повышает устойчивость организма к заболеваниям верхних дыхательных путей и легких, богат витамином «А»?

**3лепесток.** Что такое осанка? Причины ее нарушения.

Виды нарушений осанки.

Методы профилактики.

**4лепесток.** Что такое плоскостопие?

Причины его возникновения.

Методы профилактики.

**5лепесток.** Что такое режим дня?

Как вы регулируете соблюдение режима дня в **семье**?

Чем чревато несоблюдение режима дня?

**6лепесток.** Что такое витамины?

Переведите слово витамин с латинского языка?

Какие растения — кустарники, накопители витамина «С», помогают против простуды?

**7лепесток.** Что такое двигательная активность? Как она влияет на здоровье человека?

***3. ВОЛШЕБНЫЙ ЦВЕТОК.***

**Педагог.**  Правила следующего тура игры. В каждом цветке вы найдете слово, влияющее на психологическую и эмоциональную сферу ребенка. Вам необходимо продумать и озвучить вопрос, в основе, которого будет лежать это слово. На раздумье дается 1 минута по сигналу. Право первого ответа дается, тому кто первый поднимет символ команды.

«КАПРИЗЫ» «АГРЕССИЯ» «ТРЕВОГА» «АГРЕССИЯ»

**Вопрос:** Как вы помогаете своему ребенку выражать гнев?

**Ответ:**

• громко поем песни

• метаем дротики

• прыгаем на скакалке, отжимаемся

• используем «стаканчик для криков», высказываем все свои отрицательные эмоции

• пускаем мыльные пузыри

• поливаем цветы

• наливаем в ванну воды:

— сбиваем шариком другие шарики, плавающие на воде

— сдуваем из трубочки кораблик

— сначала топим, а затем наблюдаем, как «выпрыгивает» из воды легкая пластмассовая игрушка

— струей воды сбиваем легкие игрушки, находящиеся в воде.

• стираем белье

• комкаем, а затем выбрасываем листы бумаги

• быстрыми движениями руки рисуем обидчика, а затем чиркаем его.

«ТРЕВОГА»

**Вопрос:** Как выявить тревожного ребенка?

**Ответ:**

• испытывает постоянное беспокойство

• испытывает трудности при концентрации внимания на чем-либо

• испытывает мускульное напряжение (в области лица, шеи)

• раздражен

• имеет нарушения сна

«КАПРИЗЫ»

**Вопрос:** Как вы ведете себя, если ваш ребенок капризничает?

**Ответ:**

• прячем запретные вещи от него, пока ребенок маленький

• если не успеваем спрятать предмет, ребенок внезапно замечает его, моментально переключаем внимание малыша

• если разрешается вчера, то разрешается и сегодня

• запреты всех взрослых в семье одинаковы

• находим отвлекающий маневр и стараемся посмотреть на происходящее

• глазами своего ребенка

• капризы превращаем в игру

• пытаемся сохранить спокойствие

***4. СОЛНЦЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.***

**Педагог:** Из предложенных материалов, (большой бумажный круг, овалы, фломастеры) выложить солнце, лучи которого и будут все составляющие здорового образа жизни. Подписать лучи (1-2 слова). Объяснить, как полученную схему можно использовать в домашних условиях (3 мин. на обдумывание).

Подведения итога конкурса деловой игры «**Счастливая семья – здоровый ребенок**».

**Педагог:** Хочется закончить нашу встречу такими словами:

Любви, здоровья, **счастья**, взаимопонимания в ваших **семьях**. Спасибо за ваше сотрудничество и примите на память буклеты.

***Звучит песня «Мы желаем счастья вам».***