муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад комбинированного вида «Аленький цветочек»

***«Игра-это Здоровье»***

**Консультация с элементами практикума для родителей.**

Составила:

инструктор по физической культуре

 Хлябина Монира Мухаметовна

**Кодинск**

**2016**

**Цель:** обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи, повышение компетенции родителей в вопросах физического развития и укрепления здоровья детей путем использования игр; создание положительного эмоционального комфорта у детей и взрослых в процессе общения друг с другом.

**Задачи:**

• Привлечь родителей к активному сотрудничеству с педагогами дошкольного учреждения.

• Ознакомить родителей со здоровьесберегающими технологиями, применяемыми в ДОУ.

• Повысить уровень знаний родителей в формировании здорового образа жизни в семье посредством педагогического просвещения.

• Продемонстрировать презентацию на тему **«**Современные программы
и технологии по здоровьесбережению дошкольников»

• Дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

**Ожидаемый результат:**

• повысится уровень педагогической культуры родителей;

• расширятся знания о новых здоровьесберегающих технологиях;

• повысится уровень ответственности за здоровье собственных детей.

**Форма проведения**: консультация c элементами практикума.

**Участники:** инструктор по физической культуре, воспитатели, родители.

**Место проведения**: физкультурный зал.

**План проведения**:

* Организационный момент.
* Коммуникативные игры с родителями.
* Работа в группах.
* Мини-лекция «Использование здоровьесберегающих технологий в работе ДОУ».
* Итог мероприятия.

**Ход мероприятия:**

 Инструктор по физической культуре и родители сидят в кругу.

Инструктор: Добрый вечер, дорогие друзья!

 Мы очень рады встрече с вами.

Спасибо, что дела свои вы отложили,

В наш любимый садик поспешили

Пообщаться, поиграть,

Много нового узнать!

Пообщаемся мы с вами на тему: *«Игра - этоЗдоровье »*

- Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас родителей, и нас, педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети были здоровыми, сильными.

 2. Коммуникативные игры с родителями.

- Чтобы наши дети были здоровы, должны быть здоровы мы сами. А хотите вы узнать, насколько активно вы сами заботитесь о своем здоровье и способствуете его укреплению?

(*В середине зала выложено солнце, каждый взрослый становится на лучик, в центре круга надпись «Здоровье»)*

 Игра «Путь к здоровью».

- Я буду задавать вопросы, если ответ положительный, то вы делаете шаг вперед, если отрицательный – не двигаетесь.

Я ежедневно по утрам пью стакан воды;

я ежедневно выполняю утреннюю гимнастику;

я совершаю пешие прогулки по лесу;

я посещаю бассейн,

я посещаю тренажерный зал или занимаюсь каким-либо спортом;

я использую в своем рационе овощи и фрукты;

я посещаю лыжную базу, каток;

у меня отсутствуют вредные привычки (курение, алкоголь)

у меня нет зависимости от компьютерных игр;

я эмоционально уравновешен;

я выполняю профилактику заболеваний.

- Мы очень рады, что многие из вас оказались рядом с бесценным сокровищем «здоровье»? Дружные аплодисменты победителям!

- На этой позитивной нотке мы и продолжим нашу работу.

- Предлагаю поиграть в игру *«Одному – хорошо, а вместе – лучше»*. Звучит музыка, вы ходите по залу, как только вы слышите команду *«два»* вы находите себе пару и беретесь за руки; *«три»*, объединяетесь тройками и так далее.

Итак, внимание! - *«Два»*. Молодцы, вы нашли себе пару – поделитесь, пожалуйста, с ней яркими воспоминаниями вашего детства, связанными с укреплением здоровья и нарисуйте этот момент на листе бумаги. *(Рассматривание и обсуждение рисунков)*

*- «Три» Дидактическая игра. «Назовите вид спорта»*

*( инвентарь: клюшка, шайба, мяч футбольный, мяч волейбольный, теннисная ракетка, лыжи, коньки….)*

*Молодцы, вы справились с заданием!*

*-«Четыре»* Уважаемые родители, обсудите в командах и поделитесь с нами своим опытом по оснащению спортивного уголка дома.

*-«Пять»* Проиграйте в свою любимую подвижную игру, в которую вы играете дома.

 - *«Шесть»*: У нас получились две команды, что вы дома делаете для укрепления здоровья вашего ребенка. Изобразите это пантомимой.

- Какие активные и деятельные у нас родители!

- А что, по вашему мнению, делают педагоги в детском саду для укрепления здоровья ваших детей.

- Зачитайте ваши ответы. Теперь, мы можем сделать вывод, что цели и задачи сотрудников детского сада и родителей во многом совпадают.

*(Родители присаживаются на стульчики)*.

3. Предлагаю вашему вниманию просмотр презентации «Здоровьесберегающие технологии сохранения и стимулирования здоровья» с элементами практикума, (приложение 1)

Надеемся, что информация оказалась для вас полезной. И в завершении нам бы хотелось напомнить о том, что личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители!

- Заканчиваем нашу встречу веселым танцем «Лавата»

Памятки для родителей - вручить каждому. ( Приложение 2.)

**Приложение 2.**

**Рекомендации для родителей.**

1. Соблюдайте режим детского сада в выходные дни.

2. Обнимайте своего ребёнка не менее 8 раз в день.

3. Делайте с ребёнком минутки здоровья *(массаж, гимнастика)*.

4. Играйте с ребёнком не менее 30 минут в день в совместные игры.

5. Приобщайте ребёнка к занятиям спортом, соблюдая меру и осторожность, не допуская его перегрузки и утомления.

6. Обеспечьте ребёнку в семье комфортную и психологическую обстановку.

7. Ведите здоровый образ жизни, так как вы являетесь примером для своего ребёнка.