Частное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 99

ОАО «РЖД»

Сценарий

Встречи в детско–родительском клубе

«Навстречу друг другу»

Тема: «**«Экология и здоровье».**

(для детей 4-5 лет)

 Воспитатели:

 Межлумян Л.В.

 Шапран И.В.

**Цели:**Формировать положительное эмоциональное состояние у детей и родителей.

Развивать устойчивый интерес родителей и детей к здоровому образу жизни.

Создание атмосферы радости от совместной двигательной деятельности.

**Материал**: Карточки с изображениями овощей, фруктов, ягод и грибов, магнитофон, диски с записями, обручи.

**Ход:**

**1. «Приветствие»**

*Ведущий:* Уважаемые родители! Мы рады приветствовать Вас на очередном заседании родительского клуба

 «Самое прекрасное есть жизнь.

И все красивое и хорошее в жизни немыслимо без здоровья.

Великое счастье быть здоровым».

Уважаемые родители, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

Могли бы вы сегодня поделиться своим опытом здорового образа жизни, которые вы применяете у себя дома?

А наши дети вам в этом помогут. Вы согласны, ребята?

1. **«Игровая разминка»**

Родитель Кундус И.В. : Чтобы быть здоровыми, мы каждое утро делаем зарядку. Сейчас мы с Ксюшей научим вас нашей любимой зарядке. Встаньте свободно на ковре….

*1.Вот так родители помогают детям расти!*

И.п.: стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись за руки. Ребенок и взрослый поднимают руки через стороны вверх, встают на носки (взрослый потягивает руки ребенка вверх).

*2.Вот какие вы ловкие!*

И.п.: ребенок стоит на коленях, спиной к родителю; ноги между ног родителя; руки у ребенка на поясе, взрослый поддерживает их. Одновременный поворот взрослого и ребенка влево (вправо).

*3.Вот какие вы гибкие!*

И.п.: ребенок сидит на полу спиной к взрослому; ноги в стороны. Поднять руки вверх, наклон к левой (правой) ноге.

*4.Вот как вы играете!*

И.п.: ребенок и взрослый стоят лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись за руки. Ребенок приседает, взрослый стоит; взрослый приседает, ребенок стоит.

*5.Вот как вы любите веселиться!*

И.п.: взрослый стоит напротив ребенка. Выполняются одновременно прыжки на обеих ногах.

**3. Игра «Витамины»**

Родитель Андриенко А.И. : Чтобы расти и правильно развиваться, мы должны правильно питаться. Наша семья уделяет этому особое внимание. Мы употребляем продукты, в которых содержатся витамины очень важные для здоровья. А вы хорошо знаете, в каких продуктах питания, какие находятся витамины? Предлагаем вам в этом разобраться (на столе лежат: карточки с изображениями овощей, фруктов, ягод и грибов; стоят четыре тарелки, под ними карточки с буквами: А, В, С, Д).

Дети отбирают карточки с изображением овощей и фруктов, а родители раскладывают их в соответствии с витаминами, которые в них содержатся.

**4. Динамическая пауза с элементами игрового массажа.**

Родитель Полторак В.Н.:Для здоровья полезен экологически чистый воздух и поэтому наша семья часто ходит в лес. Предлагаем вам совершить небольшую прогулку в лес. (Звучат голоса птиц).

 Делаем глубокий вдох, поднимаем руки вверх и на выдохе, отпускаем руки, продолжительно произносим звук «ф».

(Родители берут за руки своих детей и идут по кругу, выполняя упражнения).

Все по лесу мы шагаем, ноги выше поднимаем

Ноги ставим широко, дышим ровно, глубоко.

Дальше по лесу шагаем и медведя мы встречаем

Руки за спину кладём и вразвалочку идём.

Снова дальше мы идём, перед нами водоём

Раз- два, раз- два позади уже вода

И опять шагаем, ноги поднимаем.

- Все немного мы устали, предлагаю сесть на поляне отдохнуть и сделать массаж ног.

( Родители и дети садятся на палас и делают друг другу массаж).

Божьей коровки папа идёт (*сидя, гладить ноги с верху до низу).*

Следом за папой мама идёт (*разминать их).*

За мамой следом детишки идут (*похлопать их ладошками).*

Следом за ними малышки бредут (*«шагать» пальчиками).*

Красные юбочки носят они (*поколачиваем кулачками).*

Юбочки с чёрными точечками (*постукиваем пальчиками).*

На солнышко они похожи, встречают дружно новый день

 (*поднять руки вверх, скрестить, раздвинуть пальцы).*

А если будет жарко им, то прячутся все вместе в тень.

*(погладить ноги ладонями, спрятать руки).*

**5. Динамическая пауза «Пловцы»**

Родитель: Богаевская О. Д.: А мы укрепляем своё здоровье плаваньем. Плавание наша семья занимается не только летом в море, но и в течение года в городском бассейне. Предлагаем вам немного поплавать вместе с детьми.

 (Звучит шум моря. Дети и родители становятся по разные стороны зала).

Раз, два - все ныряют, (дети приседают)

Три, четыре - всплывают, (встают)

Пять, шесть - на воде (движения руками от груди в стороны)

Крепнут ручки у детей,

Семь, восемь, что есть силы

Все к берегу поплыли, (имитация плавания в сторону родителей)

Девять, десять - развернулись,

И поплыли, кто куда (имитация плавания по залу).

**6. Заключительное слово.**

*Ведущий*: Уважаемые родители, ваш ребёнок будет здоровым, если вы часто будете обнимать его и говорить ему слова любви. Не забывайте, что здоровье вашего ребенка в ваших руках. (Родители обнимают своих детей и говорят, как они их сильно любят).

*Ведущий*: Наша встреча подошла к концу! Большое вам спасибо за ваш жизненный опыт.

 Очень хочется узнать, что же вы узнали для себя нового, интересного?

 Что взяли на заметку для себя? Какие для себя сделали выводы?

**Используемые источники:**

1. Программа «Психолого**-**педагогическая поддержка семьи в развитии ребенка дошкольного возраста в рамках детско**-**родительского клуба ДОУ» Каталевская Н.Н. и др., Новороссийск 2011г.