## Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Дюймовочка», г. Переславль-Залесский

## Конспект совместного с родителями досугового развлечения для детей

**младшего дошкольного возраста**

**“Здоровье – главное богатство!”**

**Составила: воспитатель**

**2-ой младшей группы** «Фиалка»

Крюкова Любовь Алексеевна

**Тема: “Здоровье–главное богатство!”**

**Цель:** Создание положительного эмоционального комфорта у детей и взрослых в процессе общения друг с другом, повышение педагогической культуры родителей по вопросам здоровьесбережения, распространения опыта здорового образа жизни семьи.

**Задачи:**

- Организовать совместное досуговое развлечение для повышения знаний родителей по вопросам здоровьесбережения и формирования у них ответственного отношения к здоровью детей и собственному здоровью.

- Обогащать опыт детей и родителей совместными двигательными действиями.

- Увлечь детей и родителей интересными игровыми формами взаимодействия, способствующими сближению и пониманию друг друга.

- Формировать у детей чувство гордости за свою семью, уважение и любовь к ее членам.

- Помочь родителям установить эмоциональный контакт с ребенком.

- Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместных игр.

- Распространить среди родительской общественности наилучший семейный опыт здорового образа жизни.

**Подготовительная работа:**

– Рецепты от каждой семьи полезного для здоровья блюда и подготовка ингредиентов для приготовления полезного блюда на дегустацию семьям;

– Создание фотоальбомов “Укрепляем здоровье всей семьей”, их показ.

**Участники и ведущие:** воспитатели, дети, родители, Карлсон, Фрекен Бок (переодетые взрослые).

**Оформление зала**: украшенный зал, на стене цитаты о здоровье, спортивный инвентарь, цветок здоровья, столы для дегустации блюд и для чаепития.

**Ход мероприятия**

**Воспитатель:** Дорогие родители и дети, сегодня мы с вами собрались в одну большую добрую компанию, которую мнео хотелось бы назвать “большая дружная семья”. В хорошей семье всегда есть о чем поговорить и чем заняться. Сегодня мы поговорим о здоровом образе жизни. Мудрый Сократ говорил “Здоровье – не всё, но без здоровья – ничто”. Я знаю, все родители хотели бы, чтобы их дети росли здоровыми.

А, по вашему мнению, каков он здоровый ребёнок?

*/Высказывания родителей/*

**Воспитатель:** Итак, прежде всего, здоровый ребёнок, если он болеет очень редко и не тяжело. Он жизнерадостен и активен, доброжелательно относится к окружающим его людям – взрослым и детям. Необходимо формировать навыки и привычки здорового образа жизни. Но, без вашей помощи, уважаемые родители, нам будет сложно формировать навыки и привычки к здоровому образу жизни. Поэтому сегодня мы будем это осуществлять в сотрудничестве. Для этого приглашаем вас в наше кафе «Витаминка». Меню в нашем кафе не обычное, а содержит в себе только полезные продукты. А какие сейчас узнаем:

*/Дети отгадывают загадки/*

1. Из земли – за чуб плутовку, тянем сочную …/*морковку*/

2. Здесь весною было пусто. Летом выросла…/ *капуста*/

3. Помогает деду внук – собирает с грядки …/*лук*/

4. А теперь пойдем мы в сад, там созрел уж…/*виноград*/

5. Не забудем для Алены, очень кислые …/*лимоны*/

6. Собираем мы в лукошко, очень крупную …/*картошку*/

7. Для Володи и Катюши соберем в корзину …/*груши*/

8. Для начинки в пироги набираем …/*яблоки*/

**«Кулинарный поединок»**

**Воспитатель:** Я знаю, что у каждой семьи есть свой секретный рецепт здоровой пищи.

Ребята, а какие же самые вкуснейшие блюда у вас в семье готовят родители?

*/Ответы детей/*

**Воспитатель:**Это очень здорово: пельмени, котлеты, пироги, ватрушки, салаты…  Общеизвестный факт — чтобы питание приносило пользу, оно должно быть сбалансированным, здоровым и… съеденным с удовольствием! У наших мам есть свои секреты в приготовлении полезной пищи для своих детей.

Этими секретами наши уважаемые мамы и папы хотят с нами поделиться. Давайте предоставим им эту возможность!

*/Родители по желанию рассказывают и показывают свое “здоровое блюдо” /приготовленное заранее/. Затем всё выставляется на общий стол. За е выполнение задания лепесток от цветка здоровья./*

**«Физминутка»**

**Воспитатель:** Здоровье – это движение. Сейчас ребятки продемонстрируют умение делать разминку после долгой сидячей работы. А наши любимые мамы и папы нам помогут.

Дружно за руки беритесь,

Друг за другом становитесь.

*/Родители с детьми встают парами друг за другом/*

Друг за другом по дорожке

Шагают наши ножки

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки

*/Ходьба парами по кругу/*

Широко шагают ноги

По большущей по дороге.

*/Ходьба широким шагом/*

Топают тихонько ножки

Да по маленькой дорожке

*/Ходьба маленькими шажками/*

*/За е выполнение разминки лепесток от цветка здоровья./*

**Воспитатель:** Что это за шум?

*/Звучит веселая музыка, вбегает Фрекен Бок с мухобойкой и Карлсон/*

**Ф.Б.:** Опять этот шалун! */Фрекен Бок с мухобойкой за Карсоном, который хватает пластмассовый таз и одевает себе на голову/*  Что это такое?

**Карлсон**: Торшер

**Ф.Б.:** Карлсон, когда вы перестанете шалить? Кто тут так шумел?

**Воспитатель:**Мы с ребятами делали разминку.

**Ф.Б.:** Милая воспитательница, дорогой Карлсон, сколько раз я вам говорила, что заниматься спортом вредно. Это портит фигуру.

**Карлсон**: Вы хотите сказать, что у меня плохая фигура? У меня? У самого спортивного мужчины в мире!

**Ф.Б.: */****Обращается к Матильде****/***Матильда, не правда ли, Карлсон плохо влияет на детей?

**Карлсон:**А у вас молоко убежало!

**Ф.Б.:** Боже мой, молоко убежало! /*хватается за голову*/. Какое молоко, у меня нет на плите ни какого молока! Ох, шутник!

**Воспитатель:**Фрекен Бок, посмотрите, какие у нас замечательные дети. Они занимаются спортом вместе с мамами и папами…

**Ф.Б.:** Все может быть, хотя это не солидно: взрослые люди, а занимаются всякими глупостями.

**Воспитатель:**А вы, Фрекен Бок, примите участие в наших соревнованиях, хотя бы в качестве моей помощницы.

**Ф.Б.:** Так и быть. Но я настаиваю, чтобы меня все внимательно слушали и точно выполняли мои указания.

**Карлсон:** Итак, начинаем восхитительные, изумительные, превосходные соревнования.

**«Семейная эстафета»**

**Воспитатель:**А сейчас мы проверим: как развиты быстрота, ловкость, скорость, меткость, прыгучесть, сила у наших уважаемых родителей – пап и мам. И, конечно же, их детей.

*/Все задания выполняются под музыку/*

**Задание №1 – “Перенеси шар”**

**Правила**: Выходят 2 семейные пары /*повторить столько раз, сколько семей – участников мероприятия*/. Папа с мамой, держа руки за спиной, лицами друг к другу проносят воздушный шар и кладут его в корзину. Прибегают обратно. И уже бежит ребёнок; берёт шар из корзины и приносит его родителям.

*/Шары дарим каждой семье – участнице. За выполнение задания лепесток от цветка здоровья./*

**Задание №2**– **“Весёлый прыг-футбол”**

**Правила:** Эта игра очень полезна для укрепления правильной осанки и развития всех групп мышц нашего тела. Выходят 2 семейные пары. По сигналу воспитателя папа прыгает до стульчика; берёт косынку, завязывает её, как бандану, и прыгает обратно на мяче. Мама прыгает на мяче, надевает юбку, и бежит обратно без мяча. Ребёнок прыгает, надевает кепку и обратно прыгает на мяче к своим родителям */повторить столько раз, сколько семей – участников мероприятия. За выполнение задания лепесток от цветка здоровья./*

**Задание №3 – “Ловкачи”**

**Правила:** Пронести мячик на лопате, держа ее вытянутой рукой. Выполняют все члены семьи поочередно /*повторить столько раз, сколько семей – участников мероприятия. За выполнение задания лепесток от цветка здоровья./*

**Воспитатель:** Все семейные команды показали и скорость бега, и силу, и ловкость пальцев рук, и умение прыгать через скакалку, легко прыгать на мяче. Молодцы!

**Ф.Б:** Я так переживала за участников соревнований, что проголодалась. Кажется, могу съесть гору плюшек.

**Карлсон**: О, это не сложно. Пусть ребята нам сварят борщ и компот, вот из этой горы овощей фруктов */Одна команда выбирает только овощи и варит борщ, другая команда выбирает фрукты и варит компот, брать можно только один предмет. За безошибочное выполнение лепесток от цветка здоровья./*

**Воспитатель:**Молодцы ребята, у вас получились прекрасные, полезные блюда, которые помогут нам сохранить здоровье.

**Воспитатель:**А как в ваших семьях укрепляют здоровье – сейчас увидим, просмотрев фотоальбомы, которые составили наши родители.

*/Родители  показывают фотоальбомы*/через ПК/

**Воспитатель:**Выполнив все задания, мы с вами собрали **цветок здоровья.** Дорогие мамы, папы и детки, вы настоящие ценители здоровья! Желаем вам всегда заниматься спортом, кушать только здоровую пищу и укреплять здоровье всей семьи. Вам, уважаемые родители, на память о нашей встрече, хочу подарить “Памятку по формированию здорового образа жизни” /*каждой семье вручается памятка/.*

Сюрпризный момент для детей – угощение яблоком.

До свидания, уважаемые родители и дети!