

Автор-составитель: Морозова С.Г., старший воспитатель

МБДОУ «Детский сад № 195» г. Иваново

Деловая игра с родителями

тема: «О здоровье всерьез»

(в стиле телеигры «Где логика?»)

Цель: знакомство родителей (законных представителей) с формами и методами работы ДОУ по формированию здорового образа жизни дошкольников.

Ход игры:

Слайд 1.

- Уважаемые родители! Чтобы настроиться на совместную работу, я предлагаю вам принять участие в игре. Если вы согласны с высказыванием, говорите «да», если не согласны, говорите – «нет».

Скажите громко и хором, друзья,
Детей своих все вы любите? (да)
С работы пришли, сил совсем нет,
Вам хочется лекции слушать здесь? (нет)
Я вас понимаю... Как быть нам тогда?
Проблемы детей решать нужно нам? (да)
Дайте тогда мне скорее ответ:
Помочь Вы откажитесь нам? (нет)
Последнее спрошу вас я:
Активными все будем? (да)

Слайд 2.

- Предлагаю вам поиграть в игру «**Где логика?**». Для этого разделимся на две команды. Посоветуйтесь, и дайте название своей команде (*родители делятся на две команды, придумывают название*)

Слайд 3. Первый раунд «Найди общее». Перед вами на экране будут три картинки, ваша задача подобрать слово, которое объединяет все три изображения.

Слайд 4. **Здоровье**

Здоровье ребенка – самое ценное в ребенке для родителей. Более того, счастливые родители – это те родители, дети которых здоровы.

В работе ДОУ педагоги и специалисты используют разнообразные формы воспитания, помогающие обеспечить здоровый образ жизни ребенка, это:

- закаливающие и лечебно-профилактические мероприятия;
- прогулки на свежем воздухе;
- спортивные праздники, дни здоровья;

- полноценное питание;
 - физкультминутки;
 - музыкальные занятия и развлечения, связанные с ритмикой, движением.
- Весь этот комплекс создан для укрепления здоровья ребенка. Продолжаем игру.

Слайд 5. Закаливание

Единственным и самым эффективным средством тренировки и совершенствования защитных механизмов организма является закаливание.

Закаливающие процедуры в дошкольном учреждении проводятся в комплексе: воздушные ванны, массажные дорожки с элементами точечного массажа. После сна дети делают «бодрящую гимнастику» лежа в кроватке. И как следствие этого – настроение у дошкольников хорошее, мышечный тонус высокий, пробуждение приобрело эмоциональную окраску.

Слайд 6. Спорт

В век технического прогресса ежедневная физическая активность человека уже не та, что была лет 20 назад. Это касается и сегодняшних детей. Многие мальчишки и девчонки гораздо больше времени проводят с гаджетами в руках, чем бегая и прыгая. Но именно от того, насколько человек подвижен и энергичен, зависит психологическое и физическое развитие, а также здоровье в целом.

Слайд 7. Прогулка

Некоторые родители не уделяют должного внимания прогулкам, оставляя детей на целый день в душном помещении. В итоге ребенок не получает необходимого витамина Д и испытывает дефицит кислорода. Отсюда дети страдают отсутствием аппетита, кожа становится бледной, а развитие может замедляться.

Режим дня детского сада предусматривает ежедневное проведение дневной прогулки после занятий. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна. В зимний период прогулка на воздухе проводится в первую половину дня – до обеда. Зимние прогулки в детском саду для детей до 4 лет проводятся при температуре не ниже -15°C, для детей 5-7 лет при температуре не ниже -17°C. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня. Запретом для прогулок является сила ветра более 15 м/с.

Слайд 8. Правильное питание

Непременной основой здоровья ребенка, независимо от его возраста, является полноценное питание.

Конкурс «Меню»

- Вряд ли каждый из вас может себе представить, как сложно бывает составить меню. А если меню особенное и названия всех блюд начинаются с одной и той же буквы - это сделать еще сложнее. Надеемся, что среди нас есть настоящие знатоки

кулинарии. Задание для команд: составить меню, где все блюда начинаются на букву «Б» (другой команде на букву «К»).

Слайд 9. Гигиена

Начиная с раннего возраста, в дошкольном учреждении большое значение уделяется формированию культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Воспитатели учат детей:

1. Правильно мыть руки: перед едой, после посещения туалета, после прогулки, после использования носового платка и когда заметили на руках грязь.
2. Пользоваться носовым платком, закрывать рот рукой при чихании или кашле.
3. Пользоваться расческой. Каждый ребенок имеет свою расческу, ему объясняют, что пользоваться чужой расческой нельзя.
4. Умываться и мыть ноги после прогулки летом.

Так, постепенно, детская гигиена переходит в разряд навыков, отпускается под контроль самих детей. Чем старше ребенок, тем больше у него самостоятельности. Однако задачей воспитателя остается проследить за соблюдением всех правил, напомнить, если он что-то забыл, подсказать, в нужный момент подкорректировать.

Слайд 10. Режим

Режим дня, это размеренный распорядок действий на весь день. В целом режим дня в дошкольном учреждении является оздоровительным, формирующим личностные качества ребенка, такие, как самостоятельность, ответственность, аккуратность, чистоплотность и т.п. Значение режима в том, что он способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность адаптироваться к новым условиям, устойчивость к воздействию отрицательных факторов.

Слайд 11. Любовь

Чтобы ребенок был здоров, ему нужна наша любовь. Ребенок должен чувствовать, что вы его любите и заботитесь о нем, тогда его душевное спокойствие будет в порядке, а это тоже влияет на здоровье.

Если мы будем соблюдать все эти правила, то дети будут намного меньше болеть, будут расти крепкими и жизнерадостными, а это самое главное! Здоровье детей - в наших руках!

Слайд 12. Раунд второй «Классика жанра». Перед вами на экране будет несколько изображений. Ваша задача отгадать зашифрованные в них пословицы и поговорки о здоровье.

Слайд 13-15.

1. Здоровье дороже золота.
2. Здоровье ни за какие деньги не купишь
3. В здоровом теле – здоровый дух

Слайд 16. Раунд третий «Секретные материалы». Перед вами на экране будет несколько изображений. Ваша задача догадаться, какое слово объединяет все эти картинки. НО изображения будут показаны по одному. Нужно попытаться догадаться раньше, чем появится последнее изображение.

Слайд 17. На нашу встречу пришла медицинская сестра (врач), которая расскажет о статистике заболеваемости в нашем детском саду и о профилактике простуды и вирусных инфекций у детей.

Анализ заболеваемости детей группы за текущий год *(выступление медсестры)*

В период межсезонья, когда на улице, казалось бы, становится тепло, природа может сыграть с организмом человека злую шутку. Первыми под ее влияние попадают, конечно же, те, чей иммунитет более слабый. В первую очередь это касается наших детей. Даже если эпидемия гриппа уже находится не на пике своего обострения, надо оставаться начеку. Риск заразиться вирусным заболеванием, по-прежнему, остается очень велик.

Обезопасить своего ребенка от простудного или вирусного заболевания мы можем разными способами. В первую очередь организм должен быть изнутри подготовлен к атаке вируса. Весной большинство детей страдает авитаминозом, иммунитет ослаблен, поэтому необходимо пополнить запас витаминов в организме.

Можно приобрести в аптеке комплекс витаминов и обязательно включить в рацион питания малыша больше овощей и фруктов. В самый разгар эпидемии можно давать ребенку противовирусные препараты для профилактики простудных заболеваний, в состав которых входит интерферон.

Еще один не менее действенный способ уберечь ребенка от гриппа и простуды - вакцинация. Современные импортные вакцины очень качественные и не содержат вредные компоненты. Но делать прививку лучше заранее, так как иммунитет против гриппа формируется только на 2-3 неделе после вакцинации. Перед прививкой обязательно проконсультируйтесь с врачом-педиатром, так как, у ребенка может проявиться аллергическая реакция.

С внешней стороны можно защитить ребенка от гриппа также несколькими способами. Самое главное - это соблюдение правил личной гигиены. Ребенок, должен без напоминаний зайдя в дом с улицы вымыть руки с мылом. Перед выходом на улицу полость носа смазывайте оксолиновой мазью. В состав этой мази входят компоненты, которые при контакте с вирусом блокируют его и

препятствуют проникновению в клетки организма. Оксолиновая мазь препятствует распространению не только простудных вирусов, но еще и вируса герпеса.

Совсем маленьких детишек следует на время вирусной эпидемии оградить от общения со взрослыми, старайтесь не выходить в многолюдные и общественные места. Если болен кто-то из членов семьи, выделите для больного отдельную комнату-изолятор и ограничьте в нее доступ другим. Чаще проветривайте помещение.

- Что думают о здоровье наши дети? Давайте это мы сейчас узнаем из интервью.

Детям предлагались следующие вопросы: Как ты думаешь, что такое здоровье? Что такое болезнь? Что надо сделать, чтобы быть здоровым человеком?

(родители слушают ответы детей на заданные вопросы)

- Уважаемые родители, предлагаю вам на память о сегодняшней встрече составить коллаж «Мы за здоровый образ жизни!».

Слайд 18.

Воспитатель достает ватман и шаблоны. Родители клеят шаблоны на ватман, ставят подписи, пишут пожелания.

Слайд 19.

Игра «Где логика» подошла к концу. Мне было очень приятно, что вы все были активными участниками нашей встречи.

До новых встреч!