

**Федорова Светлана Николаевна**

инструктор по физической культуре

**Аксакова Тамара Анатольевна**

старший воспитатель

МБДОУ «Д/С №40 «Радость»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

## **СЦЕНАРИЙ ЗАСЕДАНИЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКОГО КЛУБА**

### **«ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО!»**

***Аннотация:** в статье приведен сценарий заседания детско-родительского клуба «Здоровым быть здорово!», созданного в Д/С №40 с целью установления диалога между детьми, родителями и воспитателями. Основная деятельность организации направлена на укрепление здоровья ребенка, а также формирование представлений о здоровом образе жизни у детей и их родителей.*

***Ключевые слова:** здоровый образ жизни, детско-родительский клуб, поговорки, поговорки, закаливание, эмоциональное благополучие, правильное питание, физическая активность.*

Семья и детский сад – два общественных института, которые стоят у истоков нашего будущего, но зачастую не всегда им хватает взаимопонимания, такта, терпения, чтобы услышать и понять друг друга. Непонимание между семьёй и детским садом всей тяжестью ложится на ребёнка. Как заинтересовать родителей в совместной работе? Как создать единое пространство развития ребёнка в семье ДОУ, сделать родителей участниками воспитательного процесса, а не пассивными наблюдателями? Мы нашли выход и создали детско-родительский клуб «Здоровым быть здорово!». Участники клуба получают информацию в вопросах укрепления здоровья детей: физическая активность, сбалансированное питание, отказ от вредных привычек, закаливание, эмоциональное благополучие, о традициях чувашского народа в воспитании здорового поколения. Родители из «зрителей» и «наблюдателей» постепенно становятся активными участ-

никами встреч. Это общение «на равных», где никому не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.

Заседание детско-родительского клуба по теме «Здоровым быть – здорово!»

*Ход заседания:*

Воспитатель: Добрый вечер, уважаемые родители и дети! Приветствуем вас на заседании детско-родительского клуба. Тема сегодняшней встречи: «Здоровым быть – здорово!».

Чувашская пословица гласит: «Не бывает того, чтобы хорошее дерево принесло дурные плоды». В чем народная мудрость? Значит, если мы хотим, чтобы наши дети были здоровыми, надо чтобы и родители были здоровы. Что значит быть здоровыми? (Предполагаемые ответы).

Воспитатель: Да, вы правы. Правильное питание влияет на здоровье наших детей. Другая чувашская пословица гласит: «Хорошее питание – крепкое здоровье».

Первое задание: на карточке изображены продукты, отметьте красной галочкой вредные продукты. (Высказывания детей и родителей).

Инструктор по физической культуре: Предлагаю поиграть в игру «Что разрушает здоровье, что укрепляет?». Игра-эстафета: по очереди команда выбирает те продукты, которые полезны для здоровья.

Воспитатель: Вы справились заданием. Что еще может влиять на здоровье наших детей?

Чуваши придавали большое значение закаливанию детского организма. У чувашского народа существовало поверье, якобы насморк говорит: «От сильного человека оставлю половину, а слабого всего возьму». Поэтому с раннего возраста дети привыкали к резким изменениям температуры, укрепляли и закаливали свой организм.

Второе задание: в пластиковых контейнерах спрятаны чувашские пословицы о здоровье и закаливании. Я предлагаю каждой семье взять по одному контейнеру, прочитать вопрос и продолжить чувашскую пословицу:

1. Спящий на печке... (не может быть закаленным).

2. Кто рано встает, тот... (на здоровье не жалуется).
3. У крепкого человека... (век долгий).
4. Если не хочешь болеть... (береги свое здоровье).
5. Если жить с умом... (лекарства не нужны).
6. Здоровье не купишь... (его разум дарит).
7. Здоровье дороже... (богатства).

Воспитатель: Если ребенок улыбочив, разговорчив, доброжелателен, легко идет на контакт с окружающими людьми – это эмоционально благополучный ребенок.

Инструктор по физической культуре: Предлагаем несколько упражнений, которые выполняются на ковриках вместе с родителями.

Комплекс упражнений «Гимнастика вдвоем» выполняется под чувашскую песню «Асамат кёперё» на слова и музыку Николая Суракина.

1. «Потягушечки». И. п.: ребенок и мама стоят друг к другу лицом, поднимают руки через стороны вверх, поднимаясь на носки, взрослый потягивает руки ребенка вверх (то же с гимн. палочкой) (4-5 раз).

2. «Насосы». И. п.: стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись за руки. Ребенок приседает, мама стоит, и наоборот (то же с гимн. палочкой), 4-5 раз.

3. «Рыбки». И. п.: мама стоит, расставив ноги в стороны, ребенок лежит на животе между ног мамы, вытянув руки вперед, мама берет ребенка за руки, приподнимает его и возвращает в и. п. (это же упражнение можно выполнять с гимн. палочкой) (4-5 раз).

4. «Мы сильные». И. п.: лежа на спине, держаться двумя руками за палочку. По сигналу «сядем» мама поднимает палку, ребенок подтягивается к ней, садится (4-5 раз).

5. «Дружные ножки». И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, ребенок спиной к маме, упор на руки. Одновременно ребенок и мама поднимают левую, правую ногу вверх.

Воспитатель: Дорогие наши мамы, папы, почаще проводите время со своими малышами. Играйте с ними, занимайтесь физкультурой, доставляя удовольствие себе и детям! Среди повседневной суеты не забудьте – обнимите своего ребенка, скажите ему, что любите его! (Дети и родители обнимаются, говорят друг другу комплименты).

Инструктор по физической культуре: Чувашское слово «вайя» (игра) первоначально означало действия, требующие от играющего физическую силу: «Без силы и игры нет». (Приглашает всех на игру «Сердитый телёнок» – «Урна парулла»).

Игроки встают в круг, берутся за руки и бегут по кругу. Тот из игроков, кто не удержится в цепи, становится сердитым телёнком. Остальные игроки разбегаются, а телёнок их ловит.

Воспитатель: Прогулка на свежем воздухе очень полезна для нашего здоровья. Но чтобы был свежий и чистый воздух, нам всем надо беречь окружающую среду. Как вы учите детей беречь окружающую природу? (Высказывания детей и родителей). Чувашская пословица гласит: «Не беречь поросли, не видать и дерева».

Воспитатель: Разрешите огласить решение заседания.

Чувашские пословицы развивают интерес детей и взрослых к физической культуре, к здоровому образу жизни, расширяют опыт семейного воспитания. Дарим семьям красочные буклеты с чувашскими пословицами. Спасибо за участие в работе клуба!

### ***Список литературы***

1. Махалова И.В. Программа по приобщению детей 6-7 лет к национальным традициям физического воспитания «Родники здоровья»: примерная парциальная образовательная программа / И.В. Махалова. – Чебоксары: Чуваш. кн. изд-во, 2015.

2. Махалова И.В. Воспитание здорового ребенка на традициях чувашского народа: учеб.-метод. Пособие / И.В. Махалова, Е.И. Николаева. – Чебоксары: Чебоксарская типография №1, 2003. – 256 с.