

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 48 «Дружная семейка» городского округа Тольятти**

**Детско - родительский ринг
«Если хочешь быть здоров»
(старшая группа)**

Составители:
Бабушкина В.А.
Каргина Е.М.
Насырова Ф.А.
Давыдчева Е.Г.

Тольятти

Программное содержание:

- Закреплять представления о том, что полезно и что вредно для организма человека; о строении человеческого тела, назначении органов. Побуждать родителей к участию в оздоровлении детей и привитию навыков здорового образа жизни.
- Повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма. Обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры и тонких движений рук.
- Побуждать детей и родителей к проявлению активности при организации совместной деятельности.

Предварительная работа: чтение художественной литературы; заучивание стихов; отгадывание загадок; подготовка домашнего задания родителями и детьми; проведение дидактических игр по валеологическому направлению, подвижных игр, динамических пауз.

Материалы и оборудование:

Бубен, колокольчик, пшено (крашенное), клей, листы бумаги, шаблоны, плакаты, фишки, грамоты.

I. Вводная часть:

- Добрый день, дорогие гости! Мы рады Вас приветствовать сегодня на детско - родительском ринге «Если хочешь быть здоров». Прошу участников и гостей занять свои места. Во время игры вы узнаете много интересного о своем здоровье.

II. Основная часть:

- И так я вам представляю наши команды. Команда «Витаминки» и команда «Здоровячки». Давайте их поприветствуем и пожелаем успехов! В ходе нашего мероприятия вы будете получать задания, за правильно выполненное задание команды получают жетон в виде витаминки. Ответы будут приниматься по звуковому сигналу. На столе у каждой команды лежит музыкальный инструмент (бубен, колокольчик).

Первое задание «Отгадывание загадок».

1. Два соседа – непоседы
День на работе,
Ночь - на отдыхе (глаза)
2. Пять братцев –
Годами равные,
Ростом разные (пальцы)
3. Не часы
А тикает (сердце)
4. Красные двери в пещере моей,
Белые звери сидят у дверей.
И мясо, и хлеб – всю добычу мою –
Я с радостью белым зверям отдаю (губы, зубы)
5. Маленький, горький
Луку брат (чеснок)
6. Уродилась я на славу,
Голова бела, кудрява.
Кто любит щи –
Меня в них ищи (капуста)
7. Расту в земле на грядке я,
Красная, длинная, сладкая (морковь)
8. Если б не было его,
Не сказал бы ничего (язык)

- Молодцы! Команды отвечали дружно, быстро, четко. Ребята, теперь мы с вами убедились в том, как нам нужны и важны наши помощники - органы чувств, а также овощи и фрукты.

В овощах много полезных витаминов, а глаза, рот, зубы, язык – необходимы для жизнедеятельности человека.

Второе задание «Очумелые ручки».

- У каждой команды на столе лежат шаблоны, клей и крашенное пшено. Родителям нужно намазывать клеем шаблон, а ребенок сыпет на шаблон определенный цвет пшена (соответствие цвета фрукту и овощу). И так начали. Кто первый закончит, подает сигнал.

- А теперь давайте отдохнем, поиграем с пальчиками.

Пальчиковая гимнастика: «Дружба»

Дружат в нашей группе девочки и мальчики

(пальцы рук соединяются ритмично в замок).

Мы с тобой подружим маленькие пальчики

(ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук).

Раз, два, три, четыре, пять.

(поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев).

Начинай считать опять.

Раз, два, три, четыре, пять.

Мы закончили считать (руки вниз, встряхнуть кистями).

Третье задание «Вопрос - ответ».

Члены команд поочередно отвечают на вопросы, сообщая звуковым сигналом. Побеждает команда, допустившая меньше всего ошибок.

- Какую помощь надо оказать человеку, если у него болят зубы? (отправить к врачу);
- Какие органы помогают нам узнать, что трава зеленая, а помидор красный? (органы зрения - глаза).
- С помощью каких органов мы узнаем, что нас зовут обедать? (органы слуха - уши);
- По каким признакам можно определить, что человек простудился? (повышение температуры тела, боль в горле, кашель, насморк).
- По каким признакам можно узнать, что человек ушиб колено? (колено опухло, боль, течет кровь, трудно наступать на ногу).

- Как нужно вести себя, чтобы не позволить микробам проникнуть в организм? (надо мыть руки с мылом после прогулки, после туалета, перед едой, мыть овощи и фрукты, не есть на улице).
 - Какие лекарственные травы и цветы вы знаете? (мята – от кашля, ромашка – для полоскания горла, подорожник, календула, душица).
 - Как нужно готовиться ко сну? (принять душ, почистить зубы, надеть пижаму, погасить свет, проветрить комнату).
 - Вы идете гулять в жаркий летний день. Как надо одеться? (надеть головной убор, легкую обувь, светлую одежду).
- Молодцы! Каждая команда получает витаминку (жетон).

Четвертое задание «Домашнее задание».

- Родителям было дано задание подобрать пословицы и поговорки о здоровье («В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья»).

Пятое задание.

- Каждая команда получает не простое задание.

Команде «Витаминки» нужно разместить на плакате органы чувств, а команде «Здоровячки» - органы, необходимые для жизнедеятельности человека. И так начали!!!

- С этим заданием вы справились, за это получаете витаминки (жетоны).

Шестое задание. Тема сказочных историй «Спорт - здоровье».

- Команды должны придумать продолжение сказки.

1. Жили – были в лесу зверята: зайчонок, лисенок, волчонок, бобренок, бельчонок, ёжик. Жили они дружно. А в овраге на краю леса жил ленивый и толстый мишка Топтышка. За что ни возьмется, ничего у него не получается...

2. Жил – был микроб, который очень любил путешествовать. У него не было своего дома, и он жил, где хотел. Однажды решил микроб прогуляться по организму человека. Забрался он на ладонь мальчика и стал жить...

- Команды в течение десяти минут придумывают продолжение сказок и могут нарисовать к ним иллюстрацию.

- Молодцы! С заданием справились, получились интересные сказки.

III. Заключительная часть:

- А сейчас, уважаемые команды, прошу вас посчитать количество набранных витаминок (жетонов).

(Подведение итогов детско - родительского ринга. Награждение команд дипломами)

- А сейчас послушайте советы детей.

1. Утром рано умываюсь,
Полотенцем растираюсь.
И от вас, друзья, не скрою!
Зубы чищу, уши мою.
2. Зарядка всем полезна,
Зарядка всем нужна.
От лени и болезней
Спасает нас она.
3. Чтоб здоровым быть и ловким,
Я на завтрак ем морковку.
Суп и мясо – на обед.
А на ужин – винегрет.
4. Пусть наша игра надолго запомнится
Пусть все желания ваши исполнятся,
Пусть все болезни пройдут стороной
А физкультура станет родной.

