



Ханты-Мансийский автономный округ – Югра  
город Мегион

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №8 «БЕЛОСНЕЖКА»  
(МАДОУ «ДС №8 «Белоснежка»)**

*Воспитатель, Ю.С.Банщикова*

Охрана здоровья детей — это приоритетное направление деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и быть успешными. Проблема сохранения здоровья детей занимает значительное место в жизни общества, становится приоритетной национальной проблемой. Здоровье дошкольников – одна из ступеней к гармоничному здоровью школьника, затем взрослого человека. Поэтому, достаточно закономерно, что в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» здоровье дошкольников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики. Поэтому состояние здоровья детей становится главной темой в дошкольном образовании.

Дошкольное детство - очень короткий период в жизни человека. Формирование привычки к здоровому образу жизни - одна из ключевых задач в системе дошкольного образования. И это вполне объяснимо - только здоровый ребенок может развиваться гармонично. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет ребёнок проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим.

Семья и детский сад – это окружение ребенка, его мир. Ребенок дошкольного возраста именно в этой среде черпает необходимую информацию и адаптируется к жизни в обществе. Во все времена педагоги работали с семьей воспитанников, ведь цель у нас одна – вырастить детей здоровыми, всесторонне развитыми гармоничными личностями. Чтобы выстроить эффективное общение для педагогов и родителей важно обладать коммуникативными умениями, ориентироваться в проблемах воспитания. Общение будет успешно, если оно содержательно, основано на общих и значимых для обеих сторонах темах.

В образовательных учреждениях реализуются различные формы работы по здоровьесбережению. Привлечение родителей в любом из направлений увеличивает эффективность и результативность работы. В привлечении родителей к совместной работе, к общению и формированию основ здорового образа жизни у дошкольников «эффективным помощником» выступают совместные с родителями занятия. Такие занятия позволяют решить задачи

сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей, педагогов и родителей. Задача детского сада «повернуться» лицом к семье, оказать ей педагогическую помощь, наладить сотрудничество для обеспечения единых подходов в воспитании ребенка. Но так ли легко наладить это взаимодействие с современной семьей, привлечь к участию в мероприятиях?

Теоретики и практики дошкольного воспитания выявили специфику работы с родителями и её задачи. И обратили внимание педагогов на организующую роль детского сада по отношению к семье. Они отметили, что взаимодействие воспитателей и родителей главным образом должно быть направлено на решение задачи объединения усилий семьи и детского сада для воспитания и развития ребёнка. Педагоги со своей стороны должны планомерно и активно распространять педагогические знания среди родителей, оказывать практическую помощь в воспитании детей и способствовать вовлечению родителей в педагогическую деятельность.

Таким образом, одной из главных задач в работе детского сада является организация совместной работы с родителями по формированию у детей устойчивого интереса к физической культуре, ценностного отношения к своему здоровью. Не вызывает сомнения, что оздоровление и укрепление здоровья детей может быть достигнуто лишь совместными координированными усилиями педагогов, медицинских работников, родителей и узких специалистов.

### **Конспект сценария совместного физкультурного занятия с участием родителей «Путешествие в страну Спортландию»**

**Цель:** создание условий для социально – эмоционального благополучия детей и родителей, гармонизации детско – родительских отношений.

#### **Задачи:**

1. Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательной деятельности.

2. Способствовать расширению у родителей диапазона вербального и невербального общения с ребенком, умению быстро устанавливать эмоционально-тактильный контакт с ним, а также искренне и открыто выражать свои чувства.

3. Способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнера для успешности в совместной двигательной деятельности.

4. Расширять у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость.

5. Способствовать эмоциональному сближению родителя с ребенком.

6. Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни.

**Предварительная работа:** изготовление пригласительных билетов для родителей.

**Оборудование:** обруч тоннель, коврики по количеству детей, 2 скамейки, гимнастические маты 2, мыльные пузыри по количеству детей, 2 маски кошки.

**Музыкальное сопровождение:** фонограмма «Непоседы - скакалка», «Непоседы - Барбарики», «Вместе с нами ооо... ».

**Место проведения:** спортивный зал

### **1. Теоретическая часть: информация для родителей**

Одна из актуальных тем это развитие детско – родительских отношений, влияние этих отношений на здоровье ребенка. В силу того, что современные родители постоянно заняты на работе, а дети, как следствие, испытывают дефицит родительского внимания, тепла и ласки.

В конце прошлого века профессор психиатрии Борис Драпкин подытожил накопленные знания и сформулировал теорию мама-терапии. Действие методики заключается в том, что, когда малыш спит, Вы начитываете ему определенные позитивные фразы, говорите о своей любви. Борис Драпкин уверен: таким образом можно решить многие проблемы со здоровьем, поведением и развитием ребенка. ««Все мы любим детей», – говорит Борис Зиновьевич. – Но, как ни печально, делаем это не совсем так, как нужно ребенку. Представьте, что ваш малыш имеет внутри резервуар, который всегда должен быть насыщен материнской любовью. Если не хватает, резервуар высыхает, ребеночек болеет – телом он как бы кричит о своих проблемах»

И еще огромное значение для ребенка – не только младенца, но и дошкольника, и даже младшего школьника – имеет мамин голос. Ребенок начинает слышать его с пятого месяца внутриутробной жизни, родившись, он узнает его, эмоционально реагирует, различает интонации. Мамин голос становится как бы внутренним голосом ребенка. Если мама предъявляет к ребенку много претензий, распекает, что он не такой, как хотелось бы, ребенку как бы задается программа неудач и болезней. И наоборот: если этот голос постоянно одобряет, поддерживает, дает установку на счастье, здоровье, то все психоэмоциональные процессы приходят в норму.

Эффективность методики Бориса Драпкина легко объяснить с точки зрения детской физиологии. Во-первых, техника применяется в фазе быстрого сна (он начинается через 20-25 минут после засыпания, а определить ее можно по быстрому движению глаз). В этот период малыш полностью расслабляется, у него увеличиваются возможности восприятия — то, что в данный период произносит взрослый человек, кроха воспринимает как установку. Во-вторых, мама говорит в определенном темпе, ежедневно, в одно и то же время. Тем самым создается некий ритм, который воздействует на кроху. Давно доказано, что определенный темп помогает маленьким детям адаптироваться к внешним условиям, нормализует работу его внутренних органов и эмоциональное состояние. Еще один существенный плюс методики — сами фразы, которые наговаривают мамы своим малышам. Многие женщины редко произносят подобное в обычной жизни. Слова любви и приятия тяжело говорить, если ребенок шалит, ведет себя наперекор... Зато, когда он спит, произносить их легче. Получается своего рода эмоциональная пауза, которая позволяет прочувствовать ценность нахождения рядом с малышом.

Итак, базовая программа, полезная любому, в том числе и здоровому ребенку, состоит из 4 основных блоков тщательно подобранных фраз и выражений, которые вы должны выучить и каждый вечер говорить своему ребенку, дождавшись, пока он заснет. Подойдите к малышу, убедитесь, что он спит, слегка притроньтесь к его ручке или головке и произносите (сначала мысленно, а затем вслух) фразу за фразой. Старайтесь делать это медленно, со всей силой своего материнского убеждения как бы посылая ребенку «флюид любви».

#### **1-й блок. Витамин материнской любви**

- Я тебя очень сильно люблю.
- Ты — самое дорогое и родное, что у меня есть.
- Ты — моя родная частичка, родная кровинушка.
- Я без тебя не могу жить.
- Я и папа тебя очень сильно любим.

#### **2-й блок. Физическое здоровье (говоря, представляйте своего ребенка в идеале, здоровым и крепким)**

- Ты сильный, здоровый, красивый мальчик (девочка).
- Ты хорошо кушаешь, и поэтому быстро растешь, и развиваешься.
- У тебя крепкие и здоровые сердечко, грудка, животик.
- У тебя нежная, гладкая и влажная кожа.
- Ты легко и красиво двигаешься.
- Ты здоровый, закаленный, редко и мало болеешь.

#### **3 блок. Нервно-психическое здоровье**

- Ты спокойный мальчик (девочка).
- У тебя хорошие, крепкие нервы.
- Ты умный мальчик (девочка).
- У тебя хорошо развиваются головка и ум.
- У тебя всегда хорошее настроение, и ты любишь улыбаться.
- Ты хорошо спишь.
- Ты легко и быстро засыпаешь.
- Ты видишь только хорошие, добрые сны.
- У тебя хорошо и быстро развивается речь.

#### **4 блок. Эмоциональный эффект, очищение от болезней (из народной медицины)**

- Я забираю и выбрасываю твою болезнь.
- Я забираю и выбрасываю (перечисляете те проблемы, которые есть у вашего малыша).
- Я тебя очень-очень сильно люблю.

**Обратите внимание:** вся программа — абсолютно позитивная, здесь нет никаких «не», вы просто пробуждаете в своем малыше желание быть хорошим, счастливым, здоровым и закрепляете уверенность, что это возможно. Большинство мамочек, воспользовавшихся этим методом, в один голос говорят, что ребенок на глазах успокаивается, становится менее раздражительным и напряженным. Улучшения физического состояния наступают у кого быстрее, у кого позже, кто-то избавляется от проблемы

полностью, кто-то — частично. Но все, как один, говорят о том удивительном ощущении воссоединения со своим малышом, благодаря которому меняется вся атмосфера в доме, в семье, улучшаются отношения, они становятся теплее и доверительнее. В этом методе нет никаких особых сложностей. Главное — настроить себя и использовать ресурсы, которые в нас, мамах, заложены самой «Природой». И тогда все у вас получится!

## **2. Групповая рефлексия (С чем я сейчас – мои ожидания)**

### **3. Практическая часть с родителями и детьми**

#### **Вводная часть:**

Ритуал встречи: дети вместе с воспитателем входят в зал, родители сидят спиной к детям в разных местах спортивного зала.

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите к нам в гости сегодня пришли родители, чтобы поиграть с нами, и я вам предлагаю внимательно посмотреть и угадать папу (*маму*) и подбежать к ним. Взрослый в последний момент поворачивается и ловит подбежавшего ребенка и прижимает к себе.

*Приветственное слово воспитателя.*

Добрый день! Здравствуйте! Мы рады, что, отложив все дела, Вы пришли сегодня поиграть вместе с нами. Это не только весело и приятно, но и полезно, играть со своими детьми! Наше развлечение физкультурное. Значит, мы активно проведем время!

**Воспитатель:** Мы будем состязаться в быстроте и ловкости, силе и сноровке. Значит, нам не обойтись без легкой тренировки!

*Игра средней подвижности «Запретное движение».*

**Основное правило:** повторять все движения под музыку за воспитателем, кроме запретного (о нем договариваются в начале игры). Молодцы!

**Воспитатель:** Мы сегодня отправляемся в страну «Спортландию». Это такая страна, где все взрослые и дети любят спорт. В этой стране все смелые, ловкие, сильные. Ребята, а вы хотите стать такими? (ответ детей).

**Воспитатель:** Чтоб расти и закаляться

Будем спортом заниматься.

Все собрались? Все здоровы?

Бегать, прыгать вы готовы?

Ну, тогда подтянись

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

**Воспитатель:** Приглашаю вас отправиться в путешествие. Для этого возьмите своего ребенка за руку (*родители встают в детско – родительские пары*). Нам предстоит нелегкий путь.

**1. «Высокие и низкие деревья».** Родитель встает чуть позади ребенка, берет его за руки и тянет вверх за кисти, помогая приподняться ребенку на носки, затем ребенок приседает.

**2. «Гибкие веточки».** Родитель стоит, ноги на ширине плеч. Ребенок лежит на животе между ног, вытянув руки вперед. Взрослый наклоняется вперед, берет ребенка за кисти рук и приподнимает, ребенок прогибается.

**3. «Силачи».** Стоя напротив друг друга, ладони ребенка и мамы (папы) соединены. Сгибание и разгибание рук в парах.

**4. «Домик».** Взрослый и ребенок лежат на спине, головой друг к другу и держатся за руки. Затем поднимают ноги вверх и пытаются соединить ступни.

**5. «Обезьянки».** Взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу. Родитель берет ребенка за талию, ребенок подпрыгивает и садится на его бедра. Взрослый поддерживает руками спину ребенка, помогая ему прогнуться назад.

**6. «Веселые зайчата».** Родитель и ребенок берутся за руки и выполняют прыжки на двух ногах по кругу, в правую сторону, затем в левую сторону.

**Воспитатель:**  
С трудной задачей  
Вы справились ловко.  
Есть у вас сила,  
Есть и сноровка!  
Каждый весел и здоров  
К соревнованиям готов!

### **Основная часть.**

**Воспитатель:** Вот мы и на месте. Спортландия приглашает нас попробовать различные виды спорта. Это и секция спортивной гимнастики, и акробатика, велоспорт, скелетон. Я вам предлагаю распределиться по станциям, родители выполняют совместно с детьми задания; необходимо пройти все станции.

**1 станция «Спортивная гимнастика»:** Ходьба по скамейкам навстречу друг другу, спуститься со скамейки и обняться. Родители подхватывают детей, кружат их.

**2 станция «Акробатика»:** Перекаты на мате боком.

И. п. - лежа на мате. Перекаты до конца мата. Родители сначала помогают ребенку, а потом выполняют тоже.

**3 станция «Скелетон»:** Ползание на животе по скамейке навстречу друг другу.

И. п. – лежа на животе. Подтягиваясь руками, проползти по скамейке.

Родители и дети выполняют задание навстречу, спуститься, обняться и покружиться.

**4 станция «Велоспорт»:** Выполнение упражнения «Велосипед» в парах.

И. п. - лицом друг к другу, стопы соединены. Одновременное сгибание и разгибание ног.

*Совместно убрать инвентарь и оборудование.*

**Воспитатель:** Чтоб расти и закаляться не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься ежедневно надо нам!

И мы уже сегодня сильнее, чем вчера.

Вот сейчас мы с вами проверим, какие вы стали сильные, ловкие, смелые. *Эстафеты - соревнования. Делятся на две команды детско – родительских пар.*

**1. Эстафета «Тачка».** Ходьба на руках с поддержкой за ноги до ориентира. Обрато вернуться бегом за руки. Передают эстафету следующему.

**2. Эстафета «Дружные ножки».** И. п. - ребенок встает спиной к взрослому, стопами на стопы взрослого. Обрато вернуться бегом за руки. Передают эстафету следующему.

**3. Эстафета «Туннель».** Родители образуют «туннель»: и. п. - упор на коленях. Проползти под туннелем, обрато вернуться бегом. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

**4. Эстафета «Туннель-2».** Теперь дети образуют «туннель»: и. п. – упор согнувшись. Родитель проползает под туннелем и бегом возвращается. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

### **Заключительная часть.**

**1. Подвижная игра «Кот и мыши».** «Мы веселые мышата, любим прыгать и скакать. Раз-два-три, лови!». Сначала «кот» - родитель, потом - ребенок и взрослый.

**2. Игра «Мышки в норках».** Сейчас, родители будут норками, а дети мышатами. Мамаы и папы обнимают своих детей двумя руками. По сигналу дети-мышата выбегают из норок, бегают по залу, в это время родители меняются местами, на сигнал «Сова», дети -мышата бегут к своей норке и родители их обнимают.

### **3. Игра малой подвижности «Тепло-холодно».**

**Воспитатель:** Ребята, подойдите ко мне, я вам кое-что по секрету скажу. Родители для вас приготовили сюрприз (мыльные пузыри) и спрятали его в зале. Если я скажу тепло, значит, его надо искать в этом месте. Молодцы! Как вы ловко справились с этим заданием.

### **Воспитатель:**

Пусть вам семейные встречи запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной!

А сейчас давайте дружно встанем в круг и передавая друг другу «волшебный» мяч поделимся своими впечатлениями от совместно проведенного времени.

**Воспитатель:** Благодарим за внимание. Надеемся на скорую встречу!