|  |
| --- |
| **МАСТЕР-КЛАСС** **"ВИТАМИНИАДА ИЛИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ"** |
| **Провела воспитатель средней группы "Звёздочки"** **Селюк Ирина Сергеевна.****2017г****Цель мастер-класса:*** повышение педагогической культуры родителей в вопросах воспитания ЗОЖ;
* систематизирование знаний родителей по вопросам оздоровления дошкольников;
* распространение педагогических знаний среди родителей.

**Ход:** Сегодня мы собрались поделиться опытом работы по теме: «Витаминиада или ЗОЖ». Поэтому предлагаю построить работу в форме мастер класса:Приглашаю поигратьИ проблемы порешать.Что-то вспомнить, повторить,Что не знаем, подучить. Итак, всем участникам игры предлагаю разделиться на 2 команды. Побеждает та команда, которая наберет большее количество баллов. Оценивать участников будет наше жюри в составе: заведующей – Диденко Е.В., воспитателя: Рожковой Д.В.).Каждый конкурс оценивается в баллах. Каждая команда выбирает себе капитана и придумывает название команды, чтобы соответствовало теме мастер класса (подготовка 1 мин).**Задание №1. «Приветствие»** (время подготовки 2 мин., максимальная оценка 3 балла).Команда «Витаминки» Команда «Апельсинки»C:\Users\Андрей\Desktop\DSC01213.JPG**Девиз:** Витаминки поглощайте и Девиз: Золотые апельсинки это солнца витаминки здоровье укрепляйте! Это шутки, это смех, это радость и успех!C:\Users\Андрей\Desktop\DSC01214.JPG**Задание№2. «Разминочное»**(оценивается правильный ответ – 1 балл)  **Найти продолжение пословицы о здоровье:****Команда 1.**В здоровом теле… (здоровый дух) Здоровье всему (голова) Кто спортом занимается (тот силы набирается) Забота о здоровье лучшее (лекарство) Двигайся больше, проживешь (дольше)**Команда 2.**Здоровье в порядке (спасибо зарядке) Здоровье дороже (денег, богатства) Береги платье снову (а здоровье смолоду) Болен лечись, здоров (берегись) Здоровье сгубишь, новое (не купишь)**Задание №3** Продолжительность жизни измеряется годами, а её качество — здоровьем. Быть здоровым — естественное желание человека, и он рано или поздно задумывается о своём здоровье. Один мудрец сказал: «Здоровье человека во многом зависит от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях». ЗОЖ - это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья, это основа профилактики заболеваний. Давайте сейчас вместе с вами определим составляющие элементы ЗОЖ.Команды получают по «ромашке», в серединке которой аббревиатура «ЗОЖ».На лепестках ромашки напишите составляющие, по вашему мнению, части понятия «здоровый образ жизни», на каждом лепестке по одному элементу ЗОЖ.(Даётся 2 минуты на обдумывание и выполнение задания, оценивается правильный ответ – 3 балла)Избранные капитаны команд продемонстрируют выполненное задание.C:\Users\Андрей\Desktop\DSC01216.JPG C:\Users\Андрей\Desktop\DSC01217.JPG**Итак, здоровый образ жизни составляют:**отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков и наркотических средств);оптимальный двигательный режим;закаливание;рациональное питание;личная гигиена;положительные эмоции;здоровое питание;двигательная активность;гигиена;чередование труда и отдыха;благоприятная атмосфера.**Задание №4 «Волшебный мешочек»** (Доставать по очереди, за каждый правильный ответ – 1 балл). Достаньте из мешочка предмет и ответьте: «Какой вид оздоровления он отражает? » Фасоль – сухой бассейн Подушечка с травой – фитотерапия диск – музыкотерапия апельсин – ароматерапия мыльные пузыри – игры на дыхание кукла – арт-терапия перчатка – пальчиковые игры цветок – цветотерапия **Задание №5** К началу предложения нужно придумать рифму **(**оценивается правильный ответ – 1 балл) 1.«Чтобы детям сладко спать Нужно музыку (включать) 2.«Лук, чеснок – вот это чудо Ох, боится их… (простуда) 3.«Чтобы кашлем не страдать Надо правильно (дышать) 4.«Раз фасоль и два фасоль Массажируем (ладонь) 5.«Чтобы смелым быть и в школе У доски ответ держать… Нужно в садике почаще Роль в спектакле (исполнять) 6.«Яркий свет и яркий цветC:\Users\Андрей\Desktop\DSC01215.JPG Повышает (иммунитет) 7.«Трав душистый аромат Сон улучшит во сто (крат)8. «Днем поспали и проснулись, Потянулись, улыбнулись Ручки, ножки мы подняли Здоровей намного (стали)**Итогом нашей встречи станет небольшая сценка.****Конкурс капитанов**. Красная шапочка – (капитан команды №1) Бабушка – (капитан команды №2) Входят Красная шапочка и бабушка. Между ними происходит диалог: Красная шапочка: - Бабушка, а почему у тебя такое лицо морщинистое? Бабушка: - Это потому, что я не любила умываться по утрам и вечерам, моя внученька. Красная шапочка: - Бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы? Бабушка:- Это потому, что я их не чистила и курила как твой дедушка, дитя мое. Красная шапочка - Бабушка, а почему у тебя такие тусклые глаза? Бабушка - Потому, что я не любила есть морковь, моя внученька. Красная шапочка: Бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь? Бабушка: Это потому, что по утрам я не делала зарядку. Голос за кадром: Если не хотите, чтобы вас съел серый волк, как бабушку, ведите здоровый образ жизни!**Слово жюри.****Подведение итогов.** И в заключении у меня для Вас  макет дерева – яблоня. Но оно без плодов.  Я предлагаю вам украсить это дерево яблонями, на которых вы напишите свое мнение и пожелания от сегодняшней встречи.C:\Users\Андрей\Desktop\DSC01219.JPG Уважаемые родители! Сегодня мы увидели и обсудили организацию оздоравливающей работы. Помните, здоровье ребенка в ваших руках! Желаю всем крепкого здоровья, бодрого настроения. И в заключении для вас приятный сюрприз (раздаю яблоки). А какой вид этого оздоровления? (витаминотерапия) |