**«ДЕНЬ СЕМЬИ»**

**«Нам болезни не страшны – с физкультурой мы дружны»** (Вторая младшая группа)

Воспитатель:

Подзолкова С.А.

***Цель:*** Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности. Формировать потребность в здоровом образе жизни.

***Оборудование:*** маски животных, массажный мячик, теремок, фрукты для угощения.

*Воспитатель:* Добрый вечер, уважаемые родители! Благодарю вас, за то, что сегодня, отложив многочисленные производственные и домашние дела, вы пришли на нашу встречу. Прошу всех встать в круг и поприветствовать друг друга: *(все участники встают в круг, я открывают свою правую ладонь; каждый участник кладёт свою правую ладонь на мою)*. Приятно ощущать тепло ваших рук, закрываю сверху все ладони своей левой ладонью и слегка покачивая эту "пирамиду" ладошек, мы вместе, улыбаясь, глядя друг на друга говорим: "Здрав-ствуй-те!" Благодарю вас за такое искреннее приветствие. Какое слово мы сейчас друг другу сказали?   
*(родители отвечают)*  
Поздоровавшись, мы пожелали друг другу здоровья.

И сегодня мы с вами поговорим, о том, как сохранить здоровье наших детей. Беседа наша пройдет в игровой форме. Но для начала нам нужно отгадать загадки:

Ускользает как живое,   
Но не выпущу его я,   
Белой пеной пенится   
Руки мыть не пенится (мыло)

Хожу-брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам,  
И зубы у меня длинней,   
Чем у волков и медведей (расческа)

Костяная спинка,   
Жесткая щетинка,   
С мятной пастой дружит,   
Нам усердно служит. (зубная щетка)

Вытираю я, стараюсь,  
После бани паренька.  
Все намокло, все измялось -  
Нет сухого уголка. ( полотенце)

**Воспитатель:** Молодцы! Вы ребята загадки отгадали!

**Воспитатель:**А сейчас задание для родителей продолжите пословицы про здоровье

«В здоровом теле – ….( здоровый дух!)»

«Быстрого и ловкого ……( болезнь не догонит!)»

«Солнце, воздух и вода – …..( наши лучшие друзья!)»

«Мойте руки перед едой – …..( будите здоровы)»

**Воспитатель:**Но для того, чтобы быть здоровым необходимо укреплять своё здоровье. И я вам предлагаю отправиться на прогулку в весенний лес

Для этого мы встанем парами мама с ребенком.

Вместе с мамочкой вдвоем  
По дорожке мы пойдем.  
Выше ноги поднимаем,   
Дружно, весело шагаем.  
У нас славная осанка

Мы свели лопатки

Мы походим на носках

А потом на пятках

Друг за другом побежали

Никого мы не догнали

--И вот мы с вами пришли на лесную полянку. Здесь растет много цветов. Давайте понюхаем их (Дыхательное упражнение «Понюхаем цветок, а затем подуем на него»)

-- На полянке стоит теремок. А кто в теремке живет? (ответы детей)

-- и мы с вами сейчас превратимся в лесных зверят

Раз, два, три, четыре, пять,  
Начинаем считать  
Вокруг три раза повернись  
И в зверяток превратись.

(родителям одеваются маски животных)

*Дети и родители строятся в большой круг.* И начинается разминка.

 – В чистом поле теремок, теремок,  
Он не низок, не высок, не высок,  
И. п.- Руки на поясе, ноги на ширине плеч – подъем рук вверх (4 раза).   
-Кто, кто в теремочке живет,  
Кто, кто в невысоком живет.  
И. п.- Руки на поясе, ноги вместе, небольшой прогиб (4 раза).  
Я, Мышка-норушка,  
Да-да, Мышка-норушка.  
И. п.- Руки внизу, бег на носочках – изображение «мышки».  
Я, Лягушка – квакушка,  
Да-да, Лягушка – квакушка.  
И. п.- Руки в стороны, пятки вместе - приседания, имитация (4 раза).  
Я, Зайка-попрыгайка,  
Да-да, Зайка-попрыгайка.  
И. п.- Прыжки на двух ногах на месте (8 раз).  
Я, Лисичка – сестричка,  
Да-да, Лисичка-сестричка.  
И. п.- Изображение «лисички» - ходьба по кругу.  
Я, Волчок – серый бочок,  
Да-да, Волчок – серый бочок.  
И. п.- Изображение Волка» - ходьба по кругу.  
А я, Мишка косолапый,  
Да, Мишка косолапый.  
И. п.- руки в стороны – имитация.

-- Молодцы, хорошо размялись. А мышка –норушка в теремке пирожки печет. (пальчиковая игра)

Мы печем пшеничные - *дети "пекут" пирожки.*  
Пироги отличные.  
Кто придет к нам пробовать - *поднимают вверх плечи, развести руки в стороны*.  
Пироги пшеничные?  
Мама, папа, брат, сестра - *загибают на руке пальцы, начиная с мизинца.*  
Пес лохматый со двора.  
И другие, все, кто может - *"зовут" руками.*  
Пусть приходят с ними тоже - *вытягивают руки вперед, слегка наклонившись.*  
Тесто замесили мы - *разминают пальцами бедра.*  
Сахар не забыли мы - *быстро перебирают пальчиками ("сыплют сахар").*  
Пироги пшеничные - *прижимают неплотно ладони друг к другу, показывая пирожок.*  
В печку посадили мы - *вытягивают прямые вперед, прикасаясь их боковой частью друг к другу.*  
Печка весело горит - *быстро шевелят пальцами, поднимая и опуская руки "огонь".*  
Наша мама говорит: - *ставят руки "полочкой" перед грудью.*  
- "Крошки, что останутся - *"крошат" крошки.*  
Воробью достанутся" - *стучат пальчиками по коленям ("воробьи клюют").*

--Лягушка – квакушка - хозяюшка большая.  
Все белье перестирала. Физминутка «Помощники»

ПОМОЩНИКИ

Дружно помогаем маме, *1-2 – стойка на носках, руки вверх*

Мы бельё полощем сами. *(потянулись);*

Раз, два, три, четыре – *3-4 – наклон вперёд, покачивание рука-*

Потянулись, наклонились, *ми вправо и влево (наклонились).*

Хорошо мы потрудились.

(3 раза)

--Зайка скачет – скок, скок, скок.  
На зеленый на лужок,  
Веселится, пляшет,  
Лапочками машет.  
Зайка скачет ловко. Встретил зайка наш ежа. (игра с массажными мячиками)

-- Вот рыжая Лисица,  
Бегать мастерица,  
Шубы нет в лесу пышней,  
Зверя нет в лесу хитрей. Но лиса не знает полезные и вредные продукты (Игра «Полезное и вредное»)

– А вот Волк - зубами щелк. Мы с тобой поиграем в догонялки.  
**Малоподвижная игра «Догони»**  
*Все строятся в большой круг, «Волк» в центре круга. Участники передают друг другу массажный мячик, прячут за спину от «Волка».*

– Вот и «Мишка косолапый», проснулся после зимней спячки и просит, что бы мы с ним поиграли. **Подвижная игра «Медведь» (3-4 раза)**

Мишка - спать тебе мы не дадим,  
Много нас, а ты один,  
Мишка, Мишенька, вставай,  
И ребяток догоняй.

Вот спасибо Вам друзья,  
Хорошо у Вас в теремке,  
Встанем все в круг,  
Возьмемся за руки и заведем хоровод:

**Малоподвижная игра «Водят звери хоровод»**  
Стоит в поле теремок, теремок, идут по кругу  
Он не низок, нет, не низок наклон  
Не высок, не высок, поднимают руки вверх  
Звери дружно в нем живут, идут в центр  
К себе в гости нас зовут, возвращаются в большой круг

Хорошее настроение и улыбка – защита от болезней! Давайте же чаще дарить друг другу улыбки. А я хочу угостить вас витаминами! (дарит всем угощение - фрукты)