**Конспект образовательной деятельности с родителями и детьми 3-4 лет. «Зимний лес»**

**Цель**: показать родителям использование элементов здоровья оберегающих технологий в условиях дома.

**Задачи:**

1) Познакомить родителей с несколькими видами оздоровительных игр, направленных на профилактику заболеваний верхних дыхательных путей и живописью с помощью ступней и пальцев рук, способной помочь снять нервное напряжение у детей, активизировать их творческий потенциал.

2) Способствовать установлению эмоционального контакта ребёнка с родителями.

3) Способствовать развитию и совершенствованию функциональных систем организма ребёнка, его двигательных навыков.

4) Способствовать развитию игры «рядом»; развивать уверенность ребёнка в себе и своих возможностях, активность, самостоятельность, инициативу; развивать чувство сопереживания.

5) Обеспечить психический комфорт во время совместной деятельности.

Материалы и оборудование к занятию:

* Макет зимнего леса, сугроб с медведем;
* Теннисные шарики по 1шт. на каждого участника (12шт.), карандаш 18шт.
* Пластиковые стаканы ёмкостью 0,5л. На 1/3 заполненные водой и трубочки для коктейля, по 1шт. на каждого участника (12шт.)
* Наборы для рисования ( по 1шт. на пару : ребёнок-взрослый): мисочка с белой краской (чтобы свободно вставала нога ребёнка), баночки с красной и чёрной, ватные палочки, кисточка для рисования, баночка с водой, влажные салфетки, лист тонированной голубой бумаги форматом А4 (для фона), клеёнки.
* Образец готового рисунка.
* Фонограмма
* Массажные коврики.

**Ход занятия**

**Воспитатель:** Зимний лес, старый лес

 Полон сказок и чудес.

 Я пойду гулять сейчас

 И возьму с собой всех вас.

 Ждут нас на лесной опушке

 Игры разные, игрушки.

 Краски, кисти и бумага –

 Рисовать нам с вами надо.

 Путешествовать начнём-

 мамочек с собой возьмём.

 Будем вместе мы играть,

 На поляне рисовать.

 Да ещё покажем мамам

 Как надо правильно дышать.

**Основная часть.**

**Воспитатель:** (обращается к детям и родителями)

- В какой лес мы с вами попали? (Зимний).

- Как изменились деревья зимой? Что вы видите на деревьях? (Снег).

- Что лежит на земле? (Сугробы, снег).

- Зимой в лесу красиво, на деревьях белые шубы и снежные шапки.

- А это что такое? (Сугроб).

- Кажется в нём кто-то живёт.

- Ребята, как вы думаете, чей это дом? (предполагаемые ответы детей).

- Как называется дом у медведя? (Берлога).

 **Оздоровительная игра «Мишка и мышка».**

**Цель игры:** формировать глубокий ритмичный вдох и выдох, способствовать лечению болезней носа и горла, укреплению мышц позвоночника.

**Ход игры:** воспитатель показывает движения и произносит слова, родители вместе с детьми и воспитателем выполняют движения:

У Мишки дом огромный (выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки - вдох).

У Мышки – очень маленький (присесть, обхватив руками колени, опустить голову – выдох с произнесением звука «ш-ш-ш»).

Мышка ходит в гости к Мишке. (ходьба на носочках).

Он же к ней не попадёт.

(Повторить 3-4раза).

**Воспитатель:** В лесу снег белый, чистый. Поиграем в снежки?! Посмотрите, какие у меня необычные белые комочки (показать теннисные шарики).

**Оздоровительная игра « У кого сил больше?»**

**Цель игры:** улучшение функций дыхания, укрепление челюстно-лицевых мышц, обучение ребенка действовать по команде.

**Ход игры:** в этой игре состязаться два игрока, можно состязаться и командами.

 Положите на столы карандаши, а между ними – шарики (по 2 шарика). Воспитатель объясняет правила игры, а родители помогают детям их выполнять: каждый игрок должен сесть за свой стол. Вытянув губы трубочкой, каждый из участников игры глубоким, сильным выдохом, старается сдуть шарики со стола по одному. Вдыхать можно только через нос!

**Воспитатель:** Но не долго осталось зиме злиться, скоро весна – красна к нам пожалует с солнышком лучистым да капелью чистой!

- Хотите услышать как зажурчат весенние ручьи?

- Да!

**Оздоровительная игра «Бульканье».**

**Цель игры:** восстановление носового дыхания, формирование ритмичного выдоха и его углубление.

**Ход игры:** делается глубокий вдох и выдыхается в соломинку, вставленную в стакан, заполненный на треть водой.

**Воспитатель:** На память о волшебнице зиме мы нарисуем вот такого снеговичка (показать готовый рисунок), а мамы нам в этом помогут.

- Ребята, на что похож наш снеговик, как вы думаете?

- На ножку.

- Верно, значит мы сегодня будем рисовать не совсем, мы будем рисовать ногами! Но для этого нам нужно сделать небольшую разминку для наших ножек. Снимаем обувь

1 упражнение – ходьба на носочках,

2 упражнение – ходьба на пяточках,

3 упражнение – ходьба по массажным коврикам,

4 упражнение – сидя на стуле пошевелить пальчиками ног.

**Воспитатель:** - Вот теперь наши ножки готовы рисовать. Что же нам для этого понадобиться?

**Дети:** - Краски, бумага, кисточки.

Воспитатель предлагает родителям с детьми занять свои рабочие места и рассмотреть, что приготовлено для рисования. ( звучит тихая музыка, дети сидят на невысоких стульчиках).

Воспитатель предлагает родителям помочь детям выполнить отпечаток ступни на бумаге, для этого каждый ребёнок ставит ногу в мисочку с краской и с помощью взрослого делает отпечаток.

Родители дорисовывают снеговику руки, шарф, нос и шляпу. Детям предлагается нарисовать хлопья снега большим пальцем ноги ( у кого не получается рисовать ногой, можно нарисовать указательным пальцем руки).

А используя ватные палочки и чёрную и красную краски нарисовать снеговиками глаза, рот, пуговицы.

После окончания рисования дети вытирают ноги влажными салфетками, при необходимости моют их.

**Воспитатель:** - Ребята, вам понравилось наше путешествие в зимний лес? А что вам больше всего понравилось? (ответы детей). А что было трудно делать? ( если дети затрудняются ответить, предложить ответить на эти вопросы родителям).

- Уважаемые взрослые, а что вы нового узнали, что возьмёте себе на вооружение? (ответы родителей).

Воспитатель благодарит взрослых и детей за совместное путешествие и предлагает вернуться в детский сад к своим друзьям.