**Совместное с родителями итоговое занятие**

**по проекту** **«Здоровье – это здорово!»**

(подготовительная к школе группа)

**Цель**: Формирование у детей осмысленного отношения к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

**1. Образовательные:**

- активизировать двигательную активность детей.

**2. Развивающие:**

- развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве,

-развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах.

**3.Воспитательные:**

- воспитывать умение быть организованными;

- поддерживать дружеские отношения со сверстниками;

- воспитывать любовь к спорту, физической культуре.

**4. Коррекционные:**

- помогать детям преодолевать двигательные трудности, учитывая индивидуальные особенности детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата,

- развивать общую моторику и мелкую моторику рук.

**Оборудование:** 2 мешочка с фруктами и овощами, большие мячи по количеству пар, ленточки для подвижной игры по количеству детей, «дорожка здоровья» (коврики для профилактики плоскостопия); фонограмма музыки для конкурсов.

**Ход занятия**

***Звучит «Песня о ЗОЖ»***

*Дети и родители входят под музыку в зал и садятся на стулья.*

***Воспитатель:*** Нынче праздник, важный день,

Встретить нам его не лень.

Здоровья день и красоты,

Его все любят – я и ты.

И все вокруг твердят всегда:

«Здоровым быть – вот это да!». Ребята, как вы думаете, что для любого человека важнее всего? *(Ответы детей).* Конечно же, здоровье! И мы сегодня собрались, чтобы поговорить о нем. Здоровье не купишь – ни за какие деньги. Здоровье – богатство на все времена. А закладывается оно в детстве. Именно поэтому тема нашего проекта «Здоровье – это здорово!».

***Стихи о здоровье в исполнении детей***

1. Чтоб здоровье укрепить,

Организм свой закалить,

Знает вся моя семья –

Подружись с режимом дня.

2. Следует, ребята, знать:

Нужно всем подольше спать, Ну а утром не лениться – На зарядку становиться.

3. Чистить зубы, умываться

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

4. У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

5. На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одевайся по погоде.

6. Вот вам добрые советы –

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!

***Воспитатель:*** А еще здоровье укрепляет хорошее настроение.

***Веселый совместный танец***

*Родители садятся, дети остаются на своих местах.*

***Воспитатель:***  Посмотрите-ка сейчас,

Сколько дошколят у нас,

Да к тому же, как ни странно,

Папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли

И костюмы натянули.

***Воспитатель:***  Все родители на свете

В играх знают толк всегда.

Вы играть хотите, дети?

Отвечайте дружно!

***Дети:***  ДА!

***Воспитатель:*** На спортивную площадку

Приглашаем вас сейчас,

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

*Родители выходят к детям.*

***Воспитатель***  Что такое «Здравствуйте»?

Лучшее из слов!

Потому, что «Здравствуйте»

Значит «Будь здоров!».

***Коммуникативная игра «Здравствуйте!»***

***Ребенок:***  Хочешь быть здоровым, сильным,

Молодым, красивым, стильным,

С атлетической фигурой –

Занимайся физкультурой!

***Разминка «Дорожка здоровья»***

***Воспитатель:***  Мячик мы сейчас возьмем

И играть скорей начнем.

***Загадки в парах*** *(дети загадывают, родители отгадывают)*

1. Кто в дни болезней всех полезней

И лечит нас от всех болезней? (*Доктор*).

2. Стоит он в баночке, в аптечке,

Коричневый, пахучий,

А на локтях и на коленках

Он желтый и шипучий. (*Йод*).

3. Горькой бывает, сладкой бывает,

Ойкают дети, ее запивая. (*Таблетка*).

4. Я под мышкой посижу

И что делать укажу,

Или разрешу гулять,

Или уложу в кровать. (*Термометр*).

5. Костяная спинка,

Желтая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (*Зубная щетка*).

6. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я –

Дело ясное вполне,

Пусть отмоет руки мне. (*Мыло*).

7. Резинка Акулинка

Пошла гулять по спинке,

Собирается она

Вымыть спинку докрасна. (*Мочалка*).

8. Вафельное и полосатое,

Гладкое и лохматое,

Всегда под рукою –

Что это такое? (*Полотенце*).

9. Горяча и холодна,

Я всегда тебе нужна.

Позовешь меня – бегу,

От болезней берегу. (*Вода*).

10. Не кормит, не поит,

А здоровье дарит. (*Спорт*).

10. Город огромный,

А в городе чудо:

Налили воду

В огромное блюдо,

В каменном блюде

С водою зеленой

Плавают люди

Зимою студёной. (*Бассейн*).

12. И мяч, и шайбу клюшкой бей,

А называюсь я… (*Хоккей*).

13. Кто по снегу быстро мчится,

Провалиться не боится? (*Лыжник*).

***Игры в парах с мячом (родитель – ребенок)***

1. «Хлопушка».

2. «Корзиночка».

3. «Бросок мяча из-за головы».

***Воспитатель:***  Чтоб цвела наша Отчизна,

Каждый должен быть каким –

Про здоровый образ жизни

Мы сейчас поговорим.

***Высказывания о ЗОЖ*** *(воспитатель начинает высказывание – родители продолжают)*

***Пословицы и поговорки о ЗОЖ***

1. Береги платье снову, а здоровье смолоду.

2. Лук от семи недуг.

3. Болезнь человека не красит.

4. В здоровом теле – здоровый дух.

5. Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.

6. Если хочешь быть здоров – закаляйся.

7. После обеда полежи, а после ужина походи.

8. Чистота – залог здоровья.

9. Двигайся больше – проживешь дольше.

10. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

11. Кто спортом занимается, тот силы набирается.

12. Веселый смех – здоровье.

13. Заболеть легко – вылечиться трудно.

14. Здоровье за деньги не купишь.

***Ребенок:***  Несомненно, что здоровье

С детства нужно укреплять,

Физкультурой заниматься,

Бегать, прыгать и играть.

***Подвижные игры: «Ловишки с хвостиками», «Удочка», «Вышибалы»*** *(играют родители вместе с детьми)*

***Игра «это я, это я, это все мои друзья!»***

***Ребенок:*** Эй, ребята, все ко мне!

Кто стоит там в стороне?

А ну, быстрей, лови кураж,

И начинай игру-массаж.

***Самомассаж «Умывалочка»***

Надо, надо нам помыться.

*(трут ладони друг о друга)*

Где тут чистая водица?

*(показывают руки то вверх ладонями, то тыльной стороной)*

Кран откроем – ш-ш-ш…

*(делают вращательные движения кистями («открывают кран»*

Руки моем – с-с-с.

*(растирают ладони друг о друга)*

Щечки, шейку мы потрем

*(легко поглаживают щеки и шею движениями сверху вниз)*

И водичкой обольем.

*(мягко поглаживают лицо от лба к подбородку)*

***Массаж спины «Борщ» (М. Богородицкая)***

*Дети встают друг за другом, кладут ладони на спину впереди стоящего.*

Чики-чики-чики-ща!

*(похлопывать ладонями по спине)*

Вот капуста для борща.

Покрошу картошки,

*(постукивать ребрами ладоней)*

Свеколки, морковки,

Полголовки лучку,

*(поколачивать кулачками)*

Да зубок чесноку.

Чики-чики-чики-чок!

*(поглаживать ладонями)*

И готов борщичок!

***Воспитатель:***  Игры разные нужны,

Игры разные важны.

***Девочка:***  Чтобы мне здоровой быть,

Надо овощи любить.

Свекла, репа, лук, морковь –

Моя первая любовь.

***Игра «Чудесный мешочек»***  *(узнать овощи и фрукты на ощупь – играют родители и дети)*

***Воспитатель:***  Ешьте овощи и фрукты,

Молоко, морепродукты –

Вот полезная еда,

Витаминами полна.

Пейте морсы и компоты

От субботы до субботы.

Отгадайте же сейчас –

Что в стаканчиках у нас!

Травам нужно поклониться

И навечно в них влюбиться.

Трав лекарственный запас

Помогает в трудный час.

***Фито-пауза***

***Ребенок:***  Купить можно много:

Игрушку, компьютер,

Смешного бульдога,

Стремительный скутер,

Коралловый остров,

(Хоть это и сложно!),

Но только здоровье

Купить невозможно.

Оно нам по жизни

Всегда пригодится!

Заботливо надо

К нему относиться!

Пупырина Марина Германовна,

воспитатель группы № 2