**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