

Номинация:
«Семья, спорт и здоровый образ жизни»

**Совместная деятельность взрослых и детей по
приобщению к здоровому образу жизни.**

«Папа, мама, я – здоровая семья»



Электронный адрес: stv7605@mail.ru
Сот.тел:89825026875

Разработала: Шляхова Т.В.

Цель: Способствовать приобщению детей и родителей к здоровому образу жизни. Совершенствовать двигательные навыки детей. Осуществлять преемственность в физическом воспитании детей между ДООУ и семьей.

Задачи:

- ❖ **Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.**
- ❖ **Прививать любовь к физическим упражнениям.**
- ❖ **Воспитывать у детей навыки личной и общественной гигиены, способствовать правильному поведению в быту, формирование простейших навыков поведения во время еды, умывания.**
- ❖ **Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.**
- ❖ **Активно привлекать родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома, формированию здорового образа жизни.**

**Заниматься не ленись,
Физкультура – это жизнь!
Ты всегда спортивным будь-
Про болезни позабудь!
Спорт – помощник
Спорт – здоровье
Спорт – игра.
Физкульт – ура!**



Приветствие «Улыбка»

Цель: Создать настрой на совместную работу.



Отгадаем мы загадку и про спорт и про зарядку...



Эстафета № 1

Вместе дружно мы бежим
С папой, мамой победим!!!



Игра «Подбери нужное слово»

Цель: Пробудить у детей интерес к предметам гигиены, процессам выполнения гигиенических процедур.



Толя намылил руки.....чем? (мылом)

Толя вымыл голову.....чем? (Шампунем)

Толя смыл мыльную пену...чем? (Водой)

Толя расчесал волосы.....чем? (Расческой)

Толя почистил зубы....чем? (Зубной щеткой и пастой)

Толя постриг ногтичем? (Ножницами)

Толя вытер носчем? (Носовым платком)

Толя, принимая душ, натер тело....чем?
(Губкой, мочалкой)

Эстафета №2

Спортивные люди – они так красивы.
В них столько энергии, бодрости, силы.
Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?
Лишь спорт тебе в этом отлично поможет!



«В здоровом теле, здоровый дух»



Массаж рук: «Строим дом»



«Рисуем на ладошках»

Цель: Установление контакта между родителями и детьми группы, развитие тактильных ощущений.



«Волшебные шарики»

Цель: снятие эмоционального напряжения.



Дети читают стихи о здоровом образе жизни

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.
Следует ребята знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться-
На зарядку становиться

Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый
день.

Что бы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.
Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты –
Вот полезная еда,
Витаминами полна!



На прогулку выходи,
Свежем воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!
Ну, а если уж случилось:
Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда!
Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

Пусть рядом будут ладони родные
Им мама и папа помогут во всем!
Ведь все они вместе – спортсмены
лихие,
И многие трудности им нипочем!



« Спорт становится средством
воспитания тогда, когда он -
любимое занятие каждого.»

(Василий Александрович
Сухомлинский)