**Познавательное, спортивно-музыкальное развлечение**

**в старше-подготовительной коррекционной группе**

**«В здоровом теле – здоровый дух»**

**Цель:**Повысить у детей интерес к физической культуре и здоровому образу жизни, закреплять культурно-гигиенические навыки у детей.

**Задачи:**

Образовательные: закрепить знания детей о составляющих здорового образа жизни, стимулировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве;

Развивающие: развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;

Воспитательные: воспитывать любовь к двигательной активности;

**Оборудование:**фонограмма музыки для конкурсов, мячи, кегли, обручи, гимнастические скамейки, муляжи овощей, фруктов, молочных продуктов, круп и кондитерских изделий, две клюшки, две шайбы, снежки из ваты.

Под музыку дети входят в зал, садятся на скамейки.

**Ведущая:** Здравствуйте, ребята! Сегодня в нашей группе пройдет познавательное спортивно-музыкальное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух».

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно,

Только надо знать,

Как здоровым стать?

**Ведущая:** Ребята, давайте вспомним, что нужно делать, чтобы сохранить и укрепить свое здоровье. (Чтение стихов)

Реб.1: Чтоб здоровье сохранить,  
 Организм свой укрепить,  
 Знает вся моя семья  
 Должен быть режим у дня.

Реб.2: Следует, ребята, знать,  
 Нужно всем подольше спать.  
 Ну а утром не лениться —  
 На зарядку становиться!

Реб.3: Чистить зубы, умываться,  
 И почаще улыбаться,  
 Закаляться, и тогда  
 Не страшна тебе хандра.

Реб.4: У здоровья есть враги,  
 С ними дружбы не води!  
 Среди них тихоня лень,  
 С ней борись ты каждый день.

Реб.5: Чтобы ни один микроб,  
 Не попал случайно в рот,  
 Руки мыть перед едой  
 Нужно мылом и водой.

Реб.6: Кушать овощи и фрукты,  
 Рыбу, молокопродукты —  
 Вот полезная еда,  
 Витаминами полна!

Реб.7: На прогулку выходи,  
 Свежим воздухом дыши.  
 Только помни при уходе:  
 Одеваться по погоде!

Реб.8: Ну, а если уж случилось:  
 Разболеться получилось,  
 Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

**Ведущая:** Молодцы! Сегодня мы посмотрим проверим как вы, ребята, выполняют все эти правила. Для этого нам нужно разделиться на две команды.

Первая команда – «Витаминка», вторая команда – «Здоровейка».

**Ведущая:** Начнем с «Разминки»:

1. «Разминка»

|  |  |
| --- | --- |
| Вопросы к команде «Витаминка» | Вопросы к команде «Здоровейка» |
| Каша – вкусная еда Это нам полезно? (Да) Лук зеленый иногда Нам полезен дети? (Да) В луже грязная вода Нам полезна иногда? (Нет) Щи – отличная еда Это нам полезно? (Да) Мухоморный суп всегда –  Это нам полезно? (Нет) | Фрукты – просто красота! Это нам полезно? (Да) Грязных ягод иногда Съесть полезно, детки? (Нет) Овощей растет гряда. Овощи полезны? (Да) Сок, компотик иногда Нам полезны, дети? (Да) Съесть мешок большой конфет Это вредно, дети? (Да) |
| И всем вместе: Лишь полезная еда  На столе у нас всегда!  А раз полезная еда –  Будем мы здоровы? (Да) | |

2. Эстафета «Полезные и вредные продукты»

На столе разложены: овощи, фрукты, молочные продукты, крупы, кондитерские изделия. Задание командам: выбрать полезные продукты и положить на поднос.

Ведущий: Каждый день по утрам

Делаем зарядку,

Очень нравится нам

Делать по порядку.

*Песня «Зарядка».*

Ведущий: Следующее задание называется «Покажи упражнение»: команде нужно показать упражнение для какой-то части тела.

3. «Покажи упражнение»

|  |  |
| --- | --- |
| Задание для команды «Витаминка» | Задание для команды «Здоровейка» |
| Покажите упражнение для шеи.  Покажите упражнение для ног. | Покажите упражнение для рук.  Покажите упражнение для туловища. |

Ведущий: Надо, надо умываться

По утрам и вечерам

А нечистым

Трубочистам —

Стыд и срам!

Стыд и срам!

Следующее задание для команд: отгадайте загадки о предметах гигиены. Какие предметы помогают нам соблюдать чистоту своего тела

4. Загадки «О средствах личной гигиены»

|  |  |
| --- | --- |
| Загадки для команды «Витаминка» | Загадки для команды «Здоровейка» |
| 1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится.  *(Мыло)*  3. Вытираю я, стараюсь, после ванной паренька, все намокло, все измялось – нет сухого уголка.  *(Полотенце)*  5. Хожу – брожу не по лесам, а по усам, по волосам. И зубы у меня длинней. Чем у волков, у медведей.  *(Расческа)*  7. Хвостик из кости, на спинке – щетинка. Эта вещь поможет нам чистить брюки и кафтан.  *(Щетка)* | 2. Пластмассовая спинка, жесткая щетинка, с зубной пастой дружит, нам усердно служит.  *(Зубная щетка)*  4. Маленькая Акулинка пошла гулять по спинке и пока она гуляла спинка розовая стала.  *(Мочалка)*  6. И сияет, и блестит, никому оно не льстит, а любому правду скажет – все как есть ему покажет.  *(Зеркало)*  8. Лег в карман и караулю реву, плаксу и грязнулю им утру потоки слез, не забуду и про нос.  *(Носовой платок)* |

Ведущий: Для здоровья важен спорт,  
 Чтоб болезням дать отпор.  
 Нужно спортом заниматься,  
 И здоровым оставаться!

*Танец с обручем*

Ведущий: Внимание, команды ждет спортивное состязание!

5. Спортивные эстафеты

Эстафета «Переправа»

У первого участника в руках два обруча.По сигналу он кладёт на пол первый обруч и запрыгивает в него, затем впереди первого обруча кладёт второй и перепрыгивает в него. Затем вперёд кладёт снова первый обруч и т.д. пока не доберётся до финишного конуса. Затем участник берёт обручи в руку и, обогнув конус, бежит обратно и передаёт обручи следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончит дистанцию.

Эстафета «Передай мяч»

Капитан передает мяч, поднятый над головой и передает его второму участнику, который стоит за ним. Второй участник передает мяч аналогичным образом следующему частнику и так далее. Когда мяч получит последний участник, то он перебегает вперед команды и снова передает мяч игроку, стоящему за ним. Игра продолжается до тех пор, пока капитан, выбранный в начале игры, снова не окажется первым в колонне.

Эстафета «Хоккей»

Каждый участник команды проводит клюшкой шайбу до обозначенного предмета (конуса, кубики) и обратно. Передает клюшку и шайбу следующему. Игра продолжается до тех пор, пока клюшка и шайба не перейдет к капитану.

Игра «Снежная дуэль»

Между командами натягивается верёвка. У каждого игрока по снежку. По команде: «Раз-два-три! Начинай! И снежки скорей бросай!» участники начинают бросать снежки на сторону соперников. Во время игры звучит весёлая музыка. Каждая команда старается, чтобы на их стороне было как можно меньше снежков. И каждый раз, когда снежок падает к ним на территорию, быстро перекидывает его обратно, на противоположную сторону.

По окончании музыки игра прекращается. Победитель определяется по подсчёту количества снежков на его территории. У кого меньше снежков, тот и победитель.

Ведущий объявляет итоги соревнований.

Ведущий: Ребята, вы все сегодня молодцы! Были активными и справились со всеми заданиями. Вы знаете, все правила здорового образа жизни. Если вы будете придерживаться этих правил, то вырастите ловкими, сильными, умными и самое главное – здоровыми. Ведь «Здоровье – бесценный дар природы, его надо беречь и укреплять».