**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 едаЭто нам полезно? (Да)Лук зеленый иногдаНам полезен дети? (Да)В луже грязная водаНам полезна иногда? (Нет)Щи – отличная едаЭто нам полезно? (Да)Мухоморный суп всегда – Это нам полезно? (Нет) | Фрукты – просто красота!Это нам полезно? (Да)Грязных ягод иногдаСъесть полезно, детки? (Нет)Овощей растет гряда.Овощи полезны? (Да)Сок, компотик иногдаНам полезны, дети? (Да)Съесть мешок большой конфетЭто 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».