**В стране «Здоровляндии»**

**Цель**: формирование представления о здоровом образе жизни способствовать гармоничному развитию детей через использование спортивных и интеллектуальных упражнений.

**Форма проведения**: развлекательно - познавательное мероприятие.

Продолжительность: 35 минут.

Оборудование: столы, картинки на тему: спорт, средства гигиены.

Область применения:  предназначено для детей с нарушениями в развитии.

Ход :Выбирается жюри.

Дети читают стихи:

Ем я много витаминов.

Укрепляю дисциплину.

Я хочу здоровым быть,

Чтобы Родине служить.

Нам здоровья не купить,

За ним нужно всем следить.

Лучше с ранних лет начать,

Ни минуты не терять.

Тот, кто с солнышком встаёт,
Делает зарядку,
Чистит зубы по утрам
И играет в прятки, —
Тот спортивный человек,
И вполне весёлый.
Постарайся быть таким
В школе или дома.

Ведущий:

Здравствуйте ребята вы уже догадались о чём сегодня пойдёт речь?

( правильно, о здоровье)

**Здоровье** – это главная ценность нашей жизни. Его не купишь ни за какие деньги. Ведь будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты.

Люди сложили пословицы и поговорки о здоровье, как о самом ценном в жизни. Давайте вместе с вами их вспомним. Я начну – а вы продолжите:

В здоровом теле - … (здоровый дух).

Здоровье всего…(дороже).

Здоров будешь – всё…(добудешь).

*Молодцы!*

Затем выходят дети из зала и читают поговорки и пословицы разученные заранее.

**Ведущий**: Молодцы ребята , а чтобы мы были весёлыми и здоровыми нам нужно заниматься, чем? ( правильно спортом). Из зала выходят дети желающие участвовать в конкурсах и делятся на две команды. Дети придумывают название команды.

**Ведущий** задаёт равное количество вопросов для каждой команды:

**1.Задание**

Загадки 1-й команде.

Не похож я на коня,
А седло есть у меня.
Спицы есть, они, признаться,
Для вязанья не годятся.
Не будильник, на трамвай,
Но звоню я, так и знай. (Велосипед)

Две полоски на снегу
Оставляю на бегу.
Я лечу от них стрелой,
А они опять за мной. (Лыжи)

Зелёный луг,
Сто скамеечек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегает народ.
На воротах этих –
Рыбацкие сети. (Стадион)

По пустому животу
Бьют меня невмоготу;
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумаки.
В него воздух надувают
И ногой его пинают. (Футбольный мяч)

Планка поднята, о Боже!
Тут, наверно, метров шесть!
Что в прыжке ему поможет?
Да, конечно, длинный … (Шест)

Загадки 2-й команде.

Мои новые подружки
И блестящи и легки,
И на льду со мной резвятся,
И мороза не боятся. (Коньки)

Ой, насыпало снежка!
Вывожу коня-дружка.
За верёвочку-узду
Через двор коня веду.
С горки вниз на нём лечу,
А назад его тащу. (Санки)

Соберем команду в школе
И найдем большое поле.
Пробиваем угловой —
Забиваем головой!
И в воротах пятый гол!
Очень любим мы…( Футбол)

Мы не только летом рады
Встретиться с олимпиадой.
Можем видеть лишь зимой
Слалом, биатлон, бобслей,
На площадке ледяной —
Увлекательный… ( Хоккей)

**Физминутка** с залом: Чтобы быть здоровым, сильным

Мой лицо и руки с мылом

Рано утром не ленись

На физкультминутку становись.

 Чтобы сильным стать и ловким, (Сгибание-разгибание рук к плечам в стороны.)
Приступаем к тренировке. (Шагаем на месте.)
Носом вдох, а выдох ртом. (Руки на поясе, вдох-выдох.)
Дышим глубже, (Руки вверх-вдох; руки вниз-выдох.)
А потом шаг на месте, не спеша. (Шагаем на месте.)
Как погода хороша! (Прыжки на месте.)
Не боимся мы пороши, (Шагаем на месте.)

Ловим снег — хлопок в ладоши. (Хлопаем в ладоши.)
Руки в стороны, по швам, (Руки в стороны.)
Хватит снега нам и вам. (Хлопаем в ладоши.)
Мы теперь метатели, (Изображаем метание левой рукой.)
Бьем по неприятелю. (Изображаем метание правой рукой.)
Размахнись рукой - бросок! (Изображаем метание левой (правой) рукой.
Прямо в цель летит снежок. (Хлопаем в ладоши.)

**Ведущий читает стихи**:

 Рано утром на зарядку
Становитесь по порядку!
Вправо, влево повернись,
Своим ножкам поклонись!

Начинается игра,
Очень рада детвора.
Любит спортом заниматься
И здоровьем наполняться!

**2 задание**: Пантомима

Ведущий показывает картинку на спортивную тему одной команде , чтобы другая ничего не видела. Затем команда придумывает как показать ничего не говоря другой команде какой вид спорта был загадан. ( картинки по3-4 ).

Ведущий загадывает загадки детям в зале о средствах гигиены:

Загадки о средствах гигиены.

Костяная спинка,
Жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит. (Зубная щётка)

Хожу-брожу не по лесам,
А по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей. (Расчёска)

Вафельное и полосатое,
Гладкое и лохматое,
Всегда под рукою –
Что это такое? (Полотенце)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Дело ясное вполне:
Пусть отмоет руки мне. (Мыло)

Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке.
Собирается она
Вымыть спину до красна. (Мочалка)

Чтобы мы никогда и ничем не болели,
Чтобы щёки здоровым румянцем горели,
Чтобы мы на пятёрки уроки учили,
Чтобы в школе и дома мы бодрыми были,
Чтобы было здоровье в отличном порядке,
Всем нужно с утра заниматься … (Зарядкой.)

**3 задание** : Собери картинки.

 Ставятся два стола на котором лежат разрезные картинки на тему средства гигиены . Игроки добегая до стола должны собрать все картинки. Ведущий после каждого игрока перемешивает картинки на столе. Какая команда первая закончит задание поднимает руки вверх.( картинок может быть 2, а если посложней то 3)

Ведущий: стихи о полезных и вредных продуктов

Ем всегда я что хочу —

Чипсы, вафли, чупа-чупс...

Каши вашей мне не надо,

Лучше тортик с лимонадом,

Не хочу я кислых щей,

Не люблю я овощей.

Чтоб с обедом не возиться,

И колбаска мне сгодится

Всухомятку — ну и что ж!

Чем обед мой не хорош?

И последний мой каприз —

Дайте «Киндер» мне «Сюрприз».

**4 задание** игра : «Светофорик».

  У вас сигнальные карточки: зеленые и красные. Я показываю продукт, а вы определяете какой он. Если полезный - поднимаете зеленую карточку, а я прикрепляю продукт на зеленую улицу, если вредный - то на красную улицу. И мы посмотрим, каких продуктов больше. Какая команда быстрее и при большем количестве правильно показанных карточках , та и победила.

Воспитатель: — На зеленой улице продуктов больше. Какой можно сделать вывод?

«Чтобы быть здоровым, нужно есть полезные продукты чаще, а сладкие и жирные — реже».

Ведущий: Наши состязания закончились. Жюри подводит итоги.

Мы благодарим участников соревнований. Нам понравилось ваше желание соревноваться и побеждать.

Ведущий:

Мы надеемся, что наше мероприятие

Никого не огорчило,
Всем спасибо за внимание,
Мероприятие закончено,
До свидания!