**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!