**Развлечение «Спорт – игра» в старшей группе**

**компенсирующей направленности «Полянка» 13.08.2021 г.**

*Подготовила и провела воспитатель Дуденкова Н.В.*

Цель: создать условия для обобщения элементарных валеологических знаний детей, развития умения использовать эти знания для своего оздоровления.

Задачи:

– развивать двигательные навыки;

– развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;

– создать радостное эмоциональное настроение;

– закреплять культурно-гигиенические навыки у детей;

– приобщать детей к занятиям физкультурой и к здоровому образу жизни.

Воспитатель. Здравствуйте, ребята, если мы здороваемся с кем-нибудь, что это значит?

Дети. Мы желаем ему здоровья!

Воспитатель. А что такое здоровье? (Ответы детей).

Воспитатель. А кто скажет, что значит «быть здоровым?». (Ответы детей) Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

Воспитатель. Для начала мы с вами разделимся на команды. А как называются ваши команды вы узнаете из загадок.

1. Если кто-то нездоров,

Не зовите докторов.

Всех излечит, исцелит

Команда ваша – «Айболит»!

1. Мойте шею, руки с мылом.

Трите щечки, нос до дыр.

И похвалит непременно вас за это

Мойдодыр.

Воспитатель. Начинаем соревнования! А поможет нам в этом зонтик здоровья.

Воспитатель. Что изображено на этой части зонтика?

Дети. Капелька.

Воспитатель. Ребята для чего человеку нужна вода? (Ответы детей).

**Эстафета «Наноси воды».**

Каждая команда получает по ведру. На противоположной стороне участка, лежат обручи «колодцы». Дети подбегают к обручам «набирают воду из колодца», бегут обратно передают ведро, следующему игроку.

Воспитатель.

Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам –

Стыд и срам!»

Воспитатель. Что изображено на этой части зонтика? (Девочка и мальчик умывается и причесываются)

Воспитатель. Ребята, а вы знаете, какие нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом. (Ответы детей). Это мы сейчас проверим.

**Эстафета «Перенеси предметы гигиены»**

Воспитатель. Дети делятся на команды. Напротив каждой команды у стоит стол, на котором находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, игрушки и т. д.) Детям необходимо к столу, выбрать предмет гигиены и вернуться назад. Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справиться со своим заданием.

Воспитатель. Молодцы ребята, вы очень хорошо, справились с этим заданием, и я убедилась в том, что вы все знаете правила гигиены.

Воспитатель. Что изображено на этой части зонтика? (Полезные продукты)

Воспитатель. Мы с вами уже говорили, что чтобы быть здоровым нужно не только спортом заниматься, но и правильно питаться и кушать полезные продукты.

Воспитатель. А сейчас будьте внимательны, я буду по очереди, каждой команде загадывать загадки о полезных продуктах – овощах и фруктах. Чья команда быстрее ответит, забирает этот продукт к себе в корзину.

**Полезные загадки**

**1.** Легко замечаем,

Как плавает в чае,

Жёлтым боком,

С кислым соком! (Лимон)

**2**.Если встретил ты болгарский

В огороде на кусте.

Этот овощ будет сладким

И в салате, и в борще. (Перец)

**3.** Гладкие и длинненькие,

Все зовут их «синенькие». (Баклажан)

**4.** Круглое румяное.

Я расту на ветке:

Любят меня взрослые

И маленькие детки. (Яблоко)

**5.** Горит на грядке светофор,

И люди ждать согласны,

Пока зелёный …

Не сделается красным (Помидор)

**6.** Она в коричневом мундире,

Сытнее овоща нет в мире.

На грядке куст её цветёт,

Под ним в земле она растёт. (Картофель)

**7.** С виду он как рыжий мяч,

Только вот не мчится вскачь.

В нём полезный витамин -

Это спелый…(Апельсин)

**8.** Все о ней боксеры знают

С ней удар свой развивают.

Хоть она и неуклюжа,

Но на фрукт похожа… (Груша)

**9.** Величава и кругла,

На бахче она жила.

Сверху серая, смотри,

Но оранжево внутри.

К похвалам она привыкла

Королева каши… (Тыква)

**10.** Этот вкусный желтый плод

К нам из Африки плывет,

Обезьянам в зоопарке

Пищу круглый год дает. (Банан)

Воспитатель. Что изображено на следующей части зонтика? (Дети занимаются физкультурой).

Воспитатель. Сейчас посмотрим, какие наши ребята бодрые, ловкие, весёлые. Чтобы закаляться нужно, умываться, обтираться, свежим воздухом дышать и конечно загорать!

**Эстафета «Добавь лучики Солнцу».**

У детей каждой команды в руке по одному лучику (палки для воздушных шариков). По сигналу воспитателя по очереди первый ребёнок должен добежать до обруча, положить лучик на пол около обруча и вернуться назад, передав эстафету другому. Выигрывает та команда, которая быстрее соберёт солнышко.

Воспитатель. Ещё у нас есть наши любимые мячи.

**Эстафета «Передача мяча над головой»**

Первый передает мяч над головой следующему, так до последнего участника. Последний участник с мячом обегает команду и встает первым.

Воспитатель.

На доске, вот чудеса,

Есть четыре колеса.

На доске ты покатайся

И названье догадайся.

(Скейтборд)

**Эстафета со скейтбордом «Велосипед».**

Сидя на доске верхом, перебирая ногами, доехать до фигурок, обогнуть его и вернуться.

Воспитатель. Что изображено на следующей части зонтика? (Умная сова).

Воспитатель. Мы провели разминку для тела, а теперь предлагаю потренировать свой мозг и заняться интеллектуальной деятельностью.

**Развивающая игра «Правда ли?»**

На ответ ДА – дети поднимают руки вверх и хлопают в ладоши, на ответ НЕТ – топают ногами и вертят головой.

Вопросы для команд.

Правда ли…..

1. Что в правой стороне тела находится сердце?

2. Если вам необходимо позвонить в милицию, мы наберем 01?

3. Что, если съесть грязное яблоко и запить его стаканом воды, ничего страшного не будет? В животике яблочко само помоется!!!

4. Что от лука плачут ваши глаза?

5. Что кровь голубого цвета?

6. Что скорая помощь вызывается по номеру 03?

7. Что нужно чистить зубы только утром?

8. Что простуда возникает из-за переохлаждения организма?

9. Что длительные занятия на компьютере полезны для здоровья?

10. Что витамины из аптеке совершенно безвредны и их можно есть в любом количестве?

11. Что мыть руки нужно перед каждым приемом пищи?

12. Что для детских зубов очень полезно грызть морковку и сухарики?

Воспитатель. У нас осталась последняя картинка на нашем зонтике здоровья. Что же она обозначает? (Ответы детей).

Воспитатель. Правильно вас ждёт спортивная музыкальная пауза, а вместе с ней хорошее настроение. Повеселимся от души!

**Музыкальная разминка под поппури песен про спорт.**

Воспитатель. Мне очень радостно видеть вас, дорогие ребята, весёлыми, здоровыми, крепкими, сильными и умными. И впредь всегда ешьте много витаминов и занимайтесь физкультурой и спортом! А сейчас нас ждёт витаминный сюрприз. (Воспитатель раздает детям сок).