

**Развлечение по основам здорового образа жизни в старшей группе
компенсирующей направленности для детей с ТНР
«Путешествие в страну «Здоровья»**

Автор воспитатель Малахова Л.И.

Цель: воспитывать у дошкольников бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи:

Образовательные.

- Формировать представление детей о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.
- Прививать потребность в ЗОЖ, уважение к физическим упражнениям и занятию спортом.
- Сформировать у детей представление о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.
- Закрепить основные понятия: личная гигиена, витамины, полезные продукты, ЗОЖ.

Развивающие.

- Развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь.
- Развивать внимание, логическое мышление, память, любознательность.

Воспитательные.

- Воспитывать у детей навыки и потребность в ЗОЖ.
- Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Предварительная работа: Беседы: «Изучаем свой организм», «Чтобы стать здоровым», «Витамины и здоровый организм», «Микробы и вирусы», Дидактические игры: «Угадай настроение», «Собери человечка», «Полезно - бесполезно».

Чтение справочной литературы: Л. В. «Букварь здоровья», Г.К. Зайцев «Уроки здоровья».

Загадывание и разгадывание загадок о продуктах питания. Разучивание пальчиковых игр.

Просмотр презентаций по теме ЗОЖ.

Оборудование и материалы:

Презентация «Путешествие в страну здоровья», ноутбук, загадки о спорте и спортивном инвентаре, корзинки и мячики для подвижной игры «Все витаминки в корзинку», разрезные картинки-пазлы для игры «Правила личной гигиены»,

фрукты и овощи, 2 подноса, зубочистки, салфетки для игры «Угадай на вкус».

Ход развлечения:

Дети под музыку заходят и строятся в круг,

Воспитатель: ребята, к нам пришли гости, давайте поздороваемся.
(здороваются с гостями).

Здравствуй! - Ты скажешь человеку

Здравствуй! – Улыбнется он в ответ

И, наверно, не пойдём в аптеку,

И здоровым будет много лет.

А знаете. Вы ведь не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали: Здравствуй, здоровья желаю! Русская народная поговорка говорит: Здраваться не будешь, здоровья не получишь»

А что значит быть здоровым? (не болеть, быть сильным, веселым...).

Давайте поприветствуем солнышко.

1. Приветствие «Солнышко».

Солнышко, солнышко, в небе свети!

(дети тянутся руками вверх, встают на ноги)

Яркие лучики нам протяни.

(Вытягивают руки вперед ладошками вверх)

Ручки мы вложим

(разбиваются на пары, протягивают друг другу руки)

В ладоши твои. Нас покружи, оторвав от земли.

(Кружатся парами)

Вместе с тобой мы пойдём на лужок

(выстраиваются в цепочку, держа друг друга за руки)

Там все мы встанем дружно в кружок

(образуют круг)

С песнями водим мы хоровод.

Солнышко снами по кругу идет.

(Идут по кругу)

Хлопают радостно наши ладошки,

(хлопают в ладоши)

Быстро шагают резвые ножки.

(Идут быстрым шагом)

Солнышко скрылось, ушло на покой

(приседают, голову закрывают руками, потом руки под щечку)

Мы же на место сядем с тобой
(но мы садится не будем).

Воспитатель: Дорогие ребята, я хочу сегодня поговорить с вами о **здоровье**. Согласитесь, приятно чувствовать себя **здоровыми**, бодрыми и весёлыми! А для того, чтобы всегда быть такими нужно вести **здоровый образ жизни**. Как это правильно делать мы с вами узнаем, отправившись в путешествие в страну «**Здоровья**» на поезде.

Какое сейчас у вас настроение, ребята? (отличное, хорошее, веселое, , бодрое, радостное, солнечное, смешное, замечательное)

Ну что же с таким замечательным настроением мы и отправимся в путешествие. Садимся в вагоны **воображаемого поезда**, поехали!

Подвижное упражнение под музыку «Паровозик». Прибытие на станцию. Ну, вот и **страна «Здоровья»**. (дети строятся в круг).
Здесь мы с вами поиграем, поотгадывает загадки, потанцуем.

2. Станция «Зарядка»

Воспитатель. С чего мы начинаем каждое утро? С зарядки. Зарядка - это здоровье, это когда мы сильные, ловкие и смелые Правда, ребята.

Песня «Зарядка»

Давайте продолжим наше путешествие.

Подвижное упражнение под музыку «Паровозик».

3. Станция «Витаминкино» (дети в кругу)

Воспитатель: И так первая станция «Витаминкино»

Воспитатель Как вы думаете, человек может прожить без еды?

Дети: Нет.

Воспитатель: Какое-то время может, но совсем немного. Чтобы человек хорошо рос, **развивался**, ему необходимо каждый день кушать. В продуктах содержатся питательные вещества – витамины. Витамины обозначаются буквами А, В, С, D (показывает буквы, но читаются они по латыни. Когда пойдете в школу, вы научитесь читать эти буквы.

Витамин А – очень важен для зрения и роста, а есть он в моркови, сливочном масле, помидорах, яйцах, петрушке.

Витамин В – помогает работать нашему сердцу. Его можно найти в молоке, мясе, хлебе.

Витамин С – укрепляет весь организм, защищает от простуды. Он есть в апельсинах, лимонах, ягодах, капусте, луке.

Витамин D – делает наши руки и ног крепкими. Его много в молоке, яйцах, растительном масле.

Стихи

Богдан

Никогда не унываю,
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А, В, С!

Рома

Витамины в овощах
Ягодах и фруктах
Разобьют микробы в прах
свежие продукты.

Сережа

Где ж микробы – отступили
Мы их братцы победили!
Все здоровы – ты и я
Витаминам всем – УРА!

Подвижная игра «Все витаминки в корзинку»

Подвижное упражнение под музыку «Паровозик». Прибытие на станцию.

4. Станция «Загадкино» (использование ИКТ)

Воспитатель: А это станция «Загадкино». Послушайте и отгадайте загадки о спорте. Отгадывать загадки мы будем все вместе, а некоторые дети покажут движения на отгадку (Упражнение «Покажи без слов»).

Подвижное упражнение под музыку «Паровозик». Прибытие на станцию.

5. Станция «Чистюлькино»

Воспитатель: Дети, мы прибыли на станцию «Чистюлькино». А вы знаете, чтобы быть здоровым, нужно не только кушать витамины, укреплять здоровье при помощи спорта, а и выполнять правила личной гигиены. Ребята, сейчас вам предстоит **собрать разрезные картинки – пазлы с изображением** правил личной гигиены, которые мы соблюдаем дома и в детском саду. Вы должны найти свою пару и рассказать правило, которое изображено на картинке (воспитатель раздает картинки).
Давайте продолжим наше путешествие. А перед отъездом надо подкрепиться

6. игра «Сюрпризная».

Воспитатель: Сейчас мы сыграем в игру «Угадай на вкус». Вы честно закроете глазки. Попробуете угощение и отгадаете, что вы съели.

Подвижное упражнение под музыку «Паровозик». Прибытие на станцию.

7. Станция «Танцевальная»

Воспитатель: Дети, мы приехали на станцию «Танцевальная». Здоровье – это полезная еда, спорт, подвижные игры, соблюдение личной гигиены, а еще это розовые щечки. Это когда мы сильные. Ловкие, смелые и веселые. А еще - это танцы. Вы любите танцевать? Давайте все вместе потанцуем (танец «Где живут улыбки»)
: Молодцы! Как вы красиво и весело танцевали.

8. Подведение итогов. Рефлексия.

Воспитатель: Прекрасно, отлично. Как вы красиво и весело танцевали.

А какой огромный путь проделали мы с вами по стране «Здоровья». Узнали много нового и интересного о здоровом образе жизни

Воспитатель. Вы мне очень понравились, но пора прощаться, нам надо возвращаться. в детский сад, закроем глазки и скажем волшебные слова «Я здоровье берегу,сам себе я помогу»

Ну вот мы и в детском саду. Устали? Нет. Чудесно. Какое у вас настроение?

. А что вы узнали?

Что нужно беречь здоровье, соблюдать правила личной гигиены, правильно питаться, заниматься спортом, узнали о витаминах ...

Давайте пожелаем нашим гостямздоровья

Да какие вы, у нас, ребят: «Ай да мы – молодцы».

