***«Физкультура и спорт в нашей жизни».***

***Цели:***

·   Закрепить знания о том, что главное  в жизни человека – это здоровье;

·   уточнить знания об овощах, фруктах, органах зрения, слуха и т.д.

·   развивать речь;

·   воспитывать внимательное, доброжелательное отношение друг к другу.

**Ход игры - занятия**

*Воспитатель:* Сегодня мы поиграем в игру.  Вы сможете проявить в ней свой ум, смекалку, сообразительность, находчивость. Игра посвящена теме «Здоровый образ жизни». Как вы это понимаете? ( Ответы детей) Здоровье – это одна из главных ценностей жизни. Каждый ребенок хочет быть сильным, бодрым, энергичным, бегать не уставая, кататься на велосипеде, плавать, играть с друзьями во дворе. Слабое здоровье, болезни являются причиной плохого настроения. Поэтому каждый должен помнить о своем здоровье, беречь и укреплять его.

Представляем  участников нашей игры. Команды займите свои игровые места. Закрепляем правила: за каждый правильный ответ – фишка.

**1 тур – « Какой я?»**

1.   Назови орган слуха. (Уши)

2.   На ночь два оконца

Сами закрываются,

А с восходом солнца

Сами открываются.(Глаза)

3.   Чего у тебя по пять? (Пальцев)

4.   Назови орган зрения. (Глаза)

5.   Всегда во рту, а не проглотишь. (Язык)

6.   Назови орган дыхания. (Нос)

7. Чего у тебя много?   (Волос, ресничек)

8. Ношу их много лет, а счета не знаю. ( Волосы)

9. Что лишнее: нос, рот, книга, глаза?  (Книга)

10. Самая верхняя часть тела.   (Голова)

11. Что лишнее: голова, кукла, рука, ноги? ( Кукла)

12. День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратится этот стук. ( Сердце)

13. Вот гора, а у горы –

Две глубокие норы,

В этих норах воздух бродит,

То заходит, то выходит. ( Нос)

14.Что можно увидеть с закрытыми глазами? ( Ничего)

**2 тур – «Здоровое  питание»**

1.   Что делают из молока? ( Кефир, творог, сметану, сыр, йогурт, масло)

2.   Что лишнее: картофель, яблоко, огурец, капуста? Почему? ( Яблоко. Потому что - это фрукт, остальные - овощи.)

3.   Третье блюдо на обед. ( Компот)

4.   Банан, апельсин, груша, яблоко – это… (фрукты)

5.   Что можно приготовить из овощей? (Винегрет, салат, и т.д.)

6.   Когда мы завтракаем? (утром)

7.   Первое блюдо на обед. (Суп)

8.   Помидор, огурец, капуста, свекла – это… (овощи)

9.   Полезный продукт, который получают от коровы  (молоко)

10.   Что делают из муки? ( Хлеб, пироги, печенье и т.д.)

11.   Что лишнее: яблоко, огурец, банан, груша? Почему?

( Огурец лишний. Потому  что - это овощ, а не фрукт)

12.   Когда мы ужинаем? (Вечером)

13.   Котлеты жарят, а суп…(Варят)

14.   Что можно приготовить из фруктов? ( Сок, компот, варенье, салат и т.д.)

**3 тур – «Скажи наоборот»**

1.   Скажи наоборот: грязный - …(чистый).

2.   Кто старше: мама или бабушка?

3.   Песок сыплют, а воду … (льют).

4.   Кто старше: мама или дочка?

5.   Скажи наоборот: здоровый – (больной).

6.   Кто старше: сын или отец?

7.   Скажи наоборот: жарко - … (холодно).

8.   Скажи наоборот: сладкий - … (горький)

9.   Скажи наоборот: веселый - … (грустный).

10. Продолжи: «Спички детям…» («…не игрушка»)

11. Что лишнее: лыжи, санки, скакалка, коньки? ( Скакалка. Она не относится к зимним уличным видам спорта).

12. Скажи наоборот: вредно - … (полезно).

13. Скажи наоборот: хорошо - … (плохо).

14. Кто младше: сын или отец?  (сын)

**Финал – «Экстремальные ситуации»**

1.   Чем опасен включенный электроприбор?

2.   Какие опасности подстерегают нас в лесу?

3.   Назовите вредные привычки.

4.   Как защитить себя от пожара?