**Тематическая беседа "Мы дружим с физкультурой"**

**Цель:** учить заботиться о своем здоровье; прививать любовь к физическим упражнениям; воспитывать желание быть здоровыми.

**Учитель-дефектолог**: Ребята, посмотрите, какой сегодня прекрасный день! У нас хорошее настроение. Мы все бодрые и здоровые. Вот сегодня мы и поговорим с вами о здоровье. Кто хочет быть здоровым? (ответы детей)

- Ребята, а вы знаете, что каждый человек может сам себе укрепить здоровье? Недаром говорится:

Я здоровье сберегу,

Сам себе я помогу.

**Учитель-дефектолог** привлекает детей к персонажу кукольного театра Мишке (за ширмой), который плачет. Дети подходят поближе к ширме, чтобы рассмотреть Мишку и расспросить его.

- Мишка, а почему ты такой грустный? У тебя что-то болит?

- Да, ребята, я заболел. У меня болят лапы, ушки, горло, глазки. У меня болит голова, и я сильно кашляю. Помогите мне, ребята! Вылечите меня!

**Учитель-дефектолог**: Мишенька, а что ты делал сегодня с утра?

- Спал. Я всегда сплю.

- Ну, нельзя же так! Сейчас мы тебя научим, как укреплять здоровье. Для этого нужно каждый день по утрам делать зарядку, как делаем это мы. Посмотри на нас.

Каждый день по утрам делаем зарядку,

Очень нравится нам делать по порядку:

Руки подняли и помахали –

Это деревья в лесу.

Локти согнули, кисти встряхнули –

Ветер сбивает росу.

Плавно руками помашем –

Это к нам птицы летят.

Как они сядут – покажем,

Руки сложили назад.

На лужайке по ромашкам

Жук летал в цветной рубашке:

« Жу-жу-жу, жу-жу-жу –

Я с ромашками дружу,

Плавно на ветру качаюсь,

Вправо-влево наклоняюсь.

Вот здоровья в чем секрет.

Всем друзьям физкульт-привет!»

- Спасибо, ребята. Теперь я тоже буду делать зарядку по утрам и стану бодрым и здоровым, как и вы! (Мишка уходит)

**Учитель-дефектолог**: Ребята, мы каждый день слышим знакомые слова «физкультура», «спорт». Сейчас я вам расскажу, чем они отличаются.

Физкультурой может заниматься и маленький, и старенький, и больной. Спортом занимаются самые сильные, крепкие и здоровые.

Спорт – это жизнь,

Это радость, здоровье

Разнообразные игры – раздолье!

И каждый физкультурник мечтает быть спортсменом. Для этого необходимо делать зарядку, как и мы, а еще выполнять упражнения на свежем воздухе.

Чтоб всегда здоровым быть

Нужно нам гулять ходить.

На природе отдыхать

Свежим воздухом дышать!

Свежий воздух малышам

Нужен и полезен!

Очень весело гулять нам!

И никаких болезней!

А сейчас нам пора в страну «Здоровье». За мною становись!

Друг за другом мы шагаем

Прямо по дорожке,

Хорошенько поднимаем

Выше наши ножки.

Вот наши ножки привели нас на спортивную площадку. Здесь мы с вами сможем погулять и поиграть.

Проводятся подвижные игры: «Зайка серенький сидит», «Лохматый пёс»,

«У медведя во бору».