**Сценарий развлечения по ЗОЖ «Мы — витаминки»**

**во второй младшей группе**

**Воспитатель:** Мельникова Анна Александровна

Цель: Формирование у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Закреплять представления детей о пользе овощей и фруктов в жизни человека.

2. Закрепить представления о наличии **витаминов в овощах**, фруктах и продуктах питания

3. Воспитывать стремление поддерживать и укреплять свое здоровье.

**Оборудование:** 2 мяча, 2 обруча, кубики, маленькие мячики, большая корзина, 2 маленькие корзины, 2 киндер- яйца, 2 ложки, туннель, 2 ведерка.

Ход развлечения.

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми. Молодцы! А какое настроение у вас сегодня!

Дети: Хорошее, веселое, бодрое, радостное.

Воспитатель: Сегодня мы собрались здесь, чтобы поговорить о **витаминах**. Какие бывают **витамины**, где они содержатся и какую пользу приносят организму человека.

Готовы.

Для начала я приглашаю вас поиграть в игру *«Будьте здоровы»*, вставайте все в круг. (Пока звенит бубен, нужно передавать мяч по кругу, как только бубен стих, тот у кого остался в руках мяч, желает всем здоровья).

**Входит Витаминка:** Здравствуйте, ребята! Все здоровы? Никто не чихает? Отлично! Я слышал, что у вас витаминный праздник. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины делают наш организм крепким и здоровым, не поддающийся болезням. Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках. Очень много витаминов содержится в ягодах, фруктах, овощах.

**Подвижная игра « Фрукты – овощи».**

**Воспитатель:** называет фрукты – дети поднимают руки, овощи – приседают.

**Витаминка:** Молодцы, все верно отгадали!

У меня арбуз большой,   
Превратился в мячик он,

Поиграть он с вами хочет,

И в кружок  всех встать вас просит!!!

**Подвижная игра «Мой веселый, звонкий мяч».**

**Витаминка:** У меня на грядке выросли загадки, а отгадки — в моей корзине. Слушайте внимательно, найдите обязательно

(Витаминка загадывает загадки, дети отгадывают, затем находят отгаданный овощ в корзине и достают его).

Сидит девица в темнице  
А коса на улице. (морковь)

Все зовут его синьор  
Это – красный…(помидор)

Летом на грядке – зеленый,  
А зимой в бочке — соленый. (огурец)

Круглое, румянное, я расту на ветке,

Любят меня взрослые и маленькие детки. (яблоко)

В земле сидит дед,  
Во сто шуб одет.  
Кто его раздевает,  
Тот слёзы проливает.  
(Лук)

Этот вкусный желтый плод,

К нам из Африки плывет,

Обезьянам в зоопарке,

Пищу круглый год дает. (Банан)

**Витаминка**: Какие молодцы!

**Витаминка**: молодцы ребята, а как вы думаете, овощи и фрукты полезны? А давайте мы из них сварим борщ и компот.

**Игра «Свари обед»**

Дети делятся на две команды по 4 чел. Напротив каждой  команды сидит мама с кастрюлей. Посреди зала стоит корзина с овощами и фруктами, дети по очереди подбегают к корзине, берут нужный фрукт или овощ и несет маме в кастрюлю (одна команда варит компот другая борщ).

**Воспитатель:**Ребята, вы наверное устали, предлагаю немного отдохнуть.

Динамическая пауза: «Овощи»

В огород пойдем,                   Маршируют на месте.

Урожай соберем.                    Идут по кругу, взявшись за руки.

Мы морковки натаскаем

И картошки накопаем.

Срежем мы кочан капусты.              Имитируют, как срезают, таскают, копают.

Круглый, сочный, очень вкусный.    Показывают руками, головою покачают,

Щавеля нарвем немножко "Рвут".

И вернемся по дорожке.                  Идут по кругу, взявшись за руки.

**Витаминка**: Очень хорошо вы выполнили минутку отдыха

**Витаминка:**А теперь предлагаю поиграть: Игра - эстафета «Витаминка»  
Дети строятся в 2 колонны, напротив каждой команды полоса препятствий (кегли), в конце которой стоит  ведёрко. Обходя препятствия,  необходимо донести в руке ложку с  витаминкой («киндер-сюрприз»), опустить в ведёрко, вернуться по прямой бегом  к команде и передать ложку следующему участнику.



**Витаминка:**  
День сегодняшний чудесный,  
Не растает без следа.  
Я весёлый праздник этот,  
Не забуду никогда!  
Спасибо вам ребята, мне с вами было так интересно.

Я с вами прощаюсь.  
Вам желаю не лениться,  
Физкультурой заниматься,  
Витаминами питаться.  
Пить лишь соки и нектары,  
Есть арбузы и бананы.  
Яблоки, изюм и киви,  
Манго сладкое и дыни,  
Не болейте, улыбайтесь,  
Быть здоровыми старайтесь!   
(детям раздаются витамины).