Сценарий развлечения

«Будем здоровыми»

(средняя группа)

Составила: Мельникова А.А МДОУ №6 «Светлячок»

**Цель:** создание условий для обобщения элементарных знаний детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

* формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни;
* закрепить знания детей о навыках культурно-гигиенического поведения;
* воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

Ход досуга:

Дети заходят в зал и садятся на стульчики.

**Воспитатель:**

Что такое «здравствуй»? — лучшее из слов!

Потому что «здравствуй» — значит будь здоров!

Ребята, я предлагаю вам отправиться сегодня в гости к Незнайке.

Садимся все в паровозик и отправляемся...

Приехали…

**Воспитатель:** Ну вот, кажется и домик Незнайки

**ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА:**

На полянке дом стоит *(пальцы рук сомкнуты в виде крыши дома над головой)*

Ну а в домик путь закрыт, *(руки скрещены на груди)*

Мы ворота открываем, *(отводим руки в стороны)*

Всех вас в домик приглашаем (*наклоняем голову вперед)*

Но на дверях висит замок, *(пальцы обоих рук скрещены)*

Кто его открыть бы мог, *(поднимание плеч)*

Покрутили, постучали, *(руки поворачиваем от себя, на себя)*

Потянули и открыли *(тянем руки в стороны)*

Ну а в доме Незнайка живет, *(руки поднимаем над головой, машем как ушками)*

И нас в гости всех зовет *(руки разводим в разные стороны.)*

**Воспитатель:**- Только где же он сам? А так нас хотел видеть, почему он нас не встречает? Давайте мы присядем и подождём его *(дети садятся на коврик).*

- Появляется грустный Незнайка, *(зевает.)*

**Воспитатель:** - Что с тобой Незнайка? Почему ты такой грустный?

**Незнайка:** -  Я вчера лег поздно спать, не выспался.

**Воспитатель:**- Спать нужно ложиться вовремя, соблюдать режим. Ребята, расскажите Незнайке, что происходит, когда мы спим.

**Дети:**- Мы растем, отдыхают наши руки, ноги, глаза.

**Воспитатель:** - Следует, ребята, знать,

Нужно всем подольше спать,

Ну а утром не лениться –

На зарядку становиться!

**Воспитатель:**- Незнайка, а ты зарядку делаешь по утрам?

**Незнайка:** - Я не умею делать зарядку.

**Воспитатель:**- А вы, ребята, делаете зарядку?

**Дети:** -  Делаем.

**Воспитатель:**- Давайте научим Незнайку делать зарядку *(дети, превращаются в зверей, одевают маски)*

**Физкультминутка:**

Мы ногами топаем,  
Мы руками хлопаем.  
Мы качаем головой,  
Мы качаем головой.

Руки вверх мы поднимаем,  
А потом их опускаем,  
А потом их подаём и все песенку поем,  
Ля-ля-ля, ля-ля-ля.

**Воспитатель:** Молодцы! Ваше настроение стало лучше?

**Незнайка:** - Спасибо ребята, я научился. Каждое утро буду делать зарядку.

**Воспитатель:** - Молодец, Незнайка. А еще ребята знают такую пословицу и всегда ее говорят после зарядки: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке».

**Воспитатель:**- Незнайка, а почему ты такой чумазый, ты, что не умывался?

**Воспитатель**: «Надо, надо умываться по утрам и вечерам, а нечистым трубочистам стыд и срам).

А в какой сказке вы слышали такие слова? *(ответы детей)*

Воспитатель: Сейчас я загадаю загадку тебе Незнайка, а ребята будут помогать тебе отгадать ее.

Ускользает как живое.  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пениться,  
Руки мыть не ленится! *(Мыло)*

Для чего нужно мыло? *(Чтобы мыть руки)*.

Воспитатель: Когда мы моем руки? *(перед едой, после прогулки, когда испачкали, после того, как погладили животных. Ведь на шерсти очень много микробов)*.

Самомассаж ***«Умывалочка»***

Надо, надо нам помыться.  
*(трем руки друг о друга)*  
Где тут чистая водица?  
*(Показываем ладошки)*

Кран откроем ш-ш-ш,  
*(имитация открывания крана)*  
Руки моем ш-ш-ш.  
*(трем ладошки друг о друга)*

Нос и щечки не забыли и водичкой все умыли,

*(погладили нос и щеки, а затем все лицо.)*

**Воспитатель:** - Но чтобы быть здоровым нужно не только умываться и мыть руки. Ребята скажите, а  здоровые дети, они  какие?

**Дети:**- *Всегда веселые, чистые, бодрые, сильные*.

**Воспитатель:** - Будем учить Незнайку быть здоровым. *(да)*

- В путь дорогу собираемся, за здоровьем отправляемся.

*(Незнайка держится за щеку)*

**Воспитатель:**- Что у тебя Незнайка случилось?

**Незнайка: -** Зубы болят.

**Воспитатель:**- Ребята, к какому врачу нужно идти, когда болят зубы?

**Дети:**- *К стоматологу, он зубы лечит.*

**Воспитатель:**- Сейчас мы с вами отправимся к стоматологу, но нам надо пройти по мостику, только он не простой, чтобы по нему пройти, нужно отгадать загадки.

**1.**Чтоб грязнулею не быть, следует со мной дружить,

Пенное, душистое, руки будут чистыми. *(Мыло)*

**2.**Костяная спинка, жестяная щетинка,

с мятной пастой дружит, нам усердно служит. *(Зубная щетка)*

**3.**Оказались на макушке два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску, надо что иметь? *(Расческа)*

**4.**Вафельное и полосатое, ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою, что это такое? *(Полотенце)*

Появляется стоматолог.

**Стоматолог:** - Что у вас случилось?

**Дети:** - У Незнайки зубы болят *(врач осматривает Незнайку).*

**Стоматолог:** - Не ухаживает за зубами, поэтому и болят зубы. Ребята, как вы думаете, что нужно делать, чтоб зубы не болели? (*ответы детей*)

**Воспитатель:** - А еще надо обязательно есть полезные продукты, которые помогают вам быть здоровыми.

**Незнайка: -** Я знаю - это, конфеты, мармелад, шоколад, я их люблю.

**Воспитатель:** - Ребята, правильно говорит Незнайка? *(нет)*.

**-** Конечно, нет,продукты бывают полезными и не полезными для нашего организма.

**Незнайка: -** А как же мне узнать, какие продукты полезные, а какие нет. Вот у меня есть корзинка с продуктами, помогите мне в этом разобраться.

**Игра «Хлопайте в ладоши».**

*(Воспитатель достает из корзинки полезный продукт - дети называют его и хлопают в ладоши, если не полезный – не хлопают).*

**Незнайка: -** Спасибо, ребята!

**Воспитатель:** - Ну вот, Незнайка, помогли тебе ребята, ты все запомнил?

**Незнайка: -** Вроде бы, да.

**Воспитатель: -**Ребята давайте еще раз напомним Незнайке, что нужно делать, чтобы быть здоровым и всегда в хорошем настроении.

**Дети:**- *Нужно делать зарядку, умываться и мыть руки, кушать только полезную еду, беречь зубы, поменьше есть сладостей и обязательно полоскать рот после еды.*

**Воспитатель: -** Вот тебе добрые советы, в них и спрятаны секреты, как здоровье сохранить, научись его ценить!

**Незнайка: -** Спасибо ребята, я столько интересного сегодня узнал, и все это буду обязательно соблюдать и выполнять.

**Незнайка: -** А теперь можно я побегу скорее к своей подружке Кнопочке, мне столько нового хочется ей рассказать. До свидания!

**Воспитатель: -** Нам тоже пора возвращаться в детский сад, давайте попрощаемся с врачом стоматологом и отправляемся в обратный путь *(дети в паровозик и по музыку уезжают в группу).*