

## МБДОУ Д/С 33

### Сценарий развлечения для детей смешанной средней группы «Путешествие в страну Здоровейка»

#### Цель:

1. Формировать представление детей о здоровом образе жизни.
2. Закрепить основные составляющие здоровья, Соблюдение детьми правил питания, знания детей о витаминной еде.
3. Совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены.

**Оборудование:** мыло, расческа, зубная щетка, зеркало, полотенце, 1 поднос, 2 корзинки, фрукты, овощи, тазик.

**Воспитатель:** - Здравствуйте ребята! Вы помните, что значит слово «Здравствуйте?»

Это значит пожелать **здоровья**. Давайте пожелаем друг другу **здоровья**.

Станем рядышком, по кругу.

Скажем «Здравствуйте» друг другу.

Нам **здороваться не лень**:

Всем «Привет!» и «Добрый день!»;

Если каждый улыбнется –

Утро доброе начнется.

Ребята, сегодня я предлагаю совершить **путешествие в страну «Здоровейка»**. Ну что, ребята, готовы к **путешествию**?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** «В страну «Здоровейка» можно попасть только тогда, когда вы угадаете загадки о жителях страны «Здоровейка».

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

**Дети:** Мыло

2. Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, у медведей.

**Дети:** Расческа

3. Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит.

**Дети:** Зубная щетка

4. И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет.

**Дети:** Зеркало

5. Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка.

**Дети:** Полотенце

**Воспитатель:** Молодцы ребята, все мои загадки отгадали. Добро пожаловать в **страну Здоровейка**.

**Игра «Найди предметы личной гигиены»**

На подносе лежат **средства личной гигиены**. Дети по – очереди рассказывают, для чего нужны расческа, мыло, зубная щетка, полотенце.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, спасибо вам за рассказы о расчёске, мыле, зубной щётке. Ребята, а сейчас давайте все вместе побеседуем о **здоровье**.

Скажите мне пожалуйста по каким признакам можно узнать, что человек простудился?

**Дети:** Поднимается температура, кашель.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, правильно. Что нужно делать, чтобы не позволить микробам проникнуть в организм?

**Дети:** Тщательно мыть рук, овощи, фрукты; заниматься физкультурой, спортом; закаляться.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, всё то вы знаете.

А сейчас вы должны ответить на мои вопросы «да» или «нет», но прежде чем ответить, вы должны подумать.

**Игра «Да – нет».**

**Воспитатель:** Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Есть нужно в любое время, даже ночью.

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Надо есть продукты, которые полезны для **здоровья**.

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Пищу нужно глотать не жуя.

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Когда кушаешь, надо обсыпать себя крошками.

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Надо всегда облизывать тарелки после еды.

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, хорошо поиграли. Ребята, а вы знаете, какие продукты нужно кушать побольше, чтобы быть **здоровыми**?

**Дети:** Да (*фрукты и овощи*).

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите смешались фрукты с овощами. Давайте разделимся на 2 команды и соберём в корзинки отдельно фрукты и овощи. 1 команда будет собирать овощи, а другая команда фрукты.

**П/и.:** *«Кто быстрее наполнит корзинку».*

**Воспитатель:** Молодцы ребята, хорошо поиграли.

### **Пальчиковая игра «Капуста»**

Мы капусту рубим, рубим,

(*«Рубим капусту» на поверхности ног ребрами ладоней. Детям достаточно рубить на одном месте.*)

Мы капусту солим, солим,

(Обе руки сложены щепотью и *«солят»*. Если вы еще и разминаетесь, можете *«посолить»* большую поверхность (*руки движутся вперед и назад*)).

Мы капусту мнем, мнем,

(Сжимаем и разжимаем кулаки)

А морковку трем, трем,

(Трем ладони друг об друга – для тренировки держите их на уровне груди и нажимайте на ладони с силой, это упражнение укрепляет грудь.)

Пе-ре-ме-ши-ва-ем!

(Перемешиваем – в горизонтальной плоскости.)

В бочки плотно набиваем

(Ладонь на ладони, *«уминаем»* капусту, не наклоняясь, а сгибая и выпрямляя локти – тоже следите за грудными мышцами, если вы разминаетесь.)

И в подвалы составляем.

(В таком же положении глубоко наклоняемся и кладем на пол сложенные ладони.)

Эх, вкусная капуста!

(Выпрямляемся и гладим себя по животу.)

**Воспитатель:** Ребята, вы сегодня все были молодцы, но наше путешествие подошло к концу. Чтобы быть здоровыми, сильными и смелыми надо помнить о том, что полезно нашему организму. Я хочу вам пожелать, чтобы вы были здоровыми, весёлыми, красивыми.

