

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Медведевский детский сад «Солнышко»
Джанкойский район Республика Крым

Сценарий развлечения **«Всемирный День здоровья»**



Воспитатель средней группы Дункабаш М. Н.

2024г

Цель: Приобщить детей к здоровому образу жизни

Задачи: закреплять у детей культурно - гигиенические навыки;

закреплять знания о правильном и здоровом питании; развивать физические навыки; обучать детей громко и выразительно рассказывать стихи.

Оборудование: мяч, муляжи фруктов, овощей, воротики, конусы, карточки, обручи

Ход развлечения

Воспитатель: Здравствуйте, ребята. Сегодня у нас с вами праздник – День здоровья. А чтобы нам всем быть здоровыми я предлагаю подарить частичку здоровья каждому из нас.

Ребята, скажите мне, а вы все здоровы? У вас ничего не болит?

Вы дали мне правильные ответы. И сейчас я хочу загадать вам загадки о тех предметах, которые помогают нам сохранить наше здоровье.

А скажи мне, пожалуйста, а что нужно делать чтобы не болеть?

Загадки:

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.

Белой пеной пенится, руки мыть не ленится. (мыло)

2. Вкуса нет, цвета нет, без нее жизни нет! (вода)

3. Резинка Акулинка, пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла, спинка розовая стала. (мочалка)

4. Хожу-брожу не по лесам, а по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней, чем у волков и медведей (расческа)

5. Дождик теплый и густой, этот дождик непростой.

Он без туч, без облаков, целый день идти готов. (душ)

6. Костяная спинка, на спинке – щетинка,

По забору прыгала, всю грязь выгнала. (зубная щетка)

Воспитатель: Молодцы, ребята, я вижу, что вы следите за чистотой
Ой, а Вы кто?

Заболейка: А разве вы не знаете?

Меня зовут Заболейка. (кашляет, держится за горло)

Воспитатель: А что с вами?

Заболейка: (кашляет) А вы разве не видите, я болею



Воспитатель: Мне очень вас жаль, но вы, наверное, не делаете зарядку, не закаляйтесь, вот и заболели

Заболеяка: А что такое зарядка?

Воспитатель: Дети давайте покажем наше гостю, что такое зарядка.

Проводится «Зарядка»



Заболеяка: Ладно, буду делать по утрам зарядку

Воспитатель: Чтобы не болеть, надо кушать витамины, а они живут во фруктах и овощах.

Заболеяка: А я люблю кушать конфеты, шоколад, пить вкусный лимонад

Воспитатель: Вот поэтому вы и болеете. Сейчас наши, ребята, помогут разобраться с овощами и фруктами.

Проводится игра: «Фрукты – овощи»

две команды детей разбирают фрукты и овощи из одной большой корзины на две маленькие





Заболеяка: а что еще нужно кушать, кроме фруктов и овощей?

Воспитатель: А мы сейчас узнаем, что надо кушать

Каша-вкусная еда. Это нам полезно? (да)

Творог, сыр, кефир всегда нам полезны, дети? (да)

Лук зеленый иногда нам полезен, дети? (да)

В луже грязная вода нам полезна, дети? (нет)

Фрукты – просто красота! Это нам полезно? (да)

Грязных ягод иногда съесть полезно, дети? (нет)

Сок, компотик иногда нам полезны дети? (да)

Воспитатель: Сейчас мы поиграем и узнаем. Запомнили мы правильную и полезную пищу.

Проводится игра: «Полезные продукты»

все дети встают в большой круг, под музыку передают мяч друг другу, как музыка останавливается, тот, у кого оказался мяч называет полезный продукт, фрукт или овощ



Заболеяка: Сколько всего полезного я узнал

Воспитатель: Зарядку делать мы тебя научили, разбираться в полезных продуктах – тоже, а теперь предлагаем с нами поиграть, ведь спорт и движение очень полезны.

Воспитатель: А я знаю еще одну очень интересную игру.

Проводится игра: «Поймай микроба»

все дети встают в круг и берутся за руки. Несколько детей – микробы, звучит музыка, дети в кругу поднимают руки (воротики), а дети микробы свободно бегают в центре круга, забегая и выбегая из него, с окончанием музыки, дети в кругу резко опускают руки вниз, ловят микробов, микроб, который оказался в центре круга превращается в витамин, встает в общий круг

Воспитатель: Скажи, Заболеяка, а ты любишь гулять на свежем воздухе?

Заболеяка: Нет, нет, я очень боюсь ходить на улицу, а вдруг меня кто-нибудь заразит.

Воспитатель: Ребята, а как вы думаете гулять полезно?

Ответы детей.

Воспитатель: На улице обязательно нужно гулять, прогулки полезны для здоровья. Ну, что Заболеяка, теперь ты понял, что нужно делать, чтобы не болеть?

Заболеяка: Понял.

Воспитатель: И сейчас мы хотим дать тебе несколько полезных советов

1. Как же вырасти большим? Это очень просто!
Кушай кашу по утрам, для большого роста.
2. Творог кушай, молочко, мясо ешь и рыбку.
Зубки будут крепкие, красивою улыбка.
3. Ешь салат из овощей, это очень вкусно
И полезно для детей, есть салат капустный.
4. Кушай фрукты на десерт, яблочки и сливы.
Вырастешь тогда большим, сильным и красивым.
5. Нет полезнее продуктов – вкусных овощей и фруктов.
И Серёже, и Ирине – всем полезны витамины!
6. Ничего на свете лучше нету – заменить на яблоко конфету.
Чипсы поменять на апельсин, чупсы поменять на мандарин.
7. Если хочешь быть здоров, позабудь про докторов,
Кушай овощи и фрукты, это лучшие продукты!

Заболеяка: Спасибо ребята, теперь я буду правильно питаться!

Делать зарядку и дружить со спортом.

Можно мне на прощание подарить вам витамины.

Которые прописал мне доктор (открывает сумочку – аптечку),
а там лежат яблоки.

Заболеяка прощается и убегает

Воспитатель: На этом наш праздник подошёл к концу.

