Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 26

г.Павлово Нижегородской области

**Сценарий развлечения**

**«Мы здоровье сбережём»**

Подготовила воспитатель

высшей категории:

**Катютина И.В.**

2024г

**Цель**: Создание условий для воспитания осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

**Задачи:**

-Формировать у ребенка возрастосообразные представления и знания в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- Способствовать становлению эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

-Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к своему здоровью.

Воспитывать активность, самостоятельность, коммуникабельность, уверенность.

-Развивать внимание, смекалку, координацию движений, ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу.

**Предварительная подготовка:**

-беседа о здоровом образе жизни, о гигиене.

-рассматривание иллюстраций и альбома на тему: «Я и мое здоровье»

-чтение детям художественной литературы: К.Чуковский «Мойдодыр», «Айболит»,Э.Мошковская «Маша и каша», Ю.Тувим «Письмо детям по одному очень важному делу» и другие;

-подготовка технических средств (компьютер, ноутбук, телевизор, проектор) для демонстрации презентации;

-мячи для конкурса;

-материалы для конкурса полезная и вредная еда;

-медальки-цитовирки;

**Ход занятия**

(под музыку дети входят в зал и садятся на стулья полукругом,

раздается стук в дверь)

**Айболит**: Здравствуйте, ребята.

**Ответы детей**: Здравствуйте.

**Айболит**: Я очень рад вас снова видеть. На улице какое время года?

**Ответы детей**: Весна.

**Айболит**: Правильно, а с ее приходом наступил сезон простуд. А вы, ребята, знаете, что такое простуда, слышали как с ней бороться?

Я сегодня принес вам интересную сказку.

Мои друзья-малыши супергерои сегодня вам еще раз напомнят, что такое простуда, откуда она берется, как вести себя в период простуд и как с ней справиться.

**Просмотр детьми информационной презентации о профилактике гриппа и ОРВИ.**

**Айболит**: Ребята, понравилась вам сказка?

**Ответы детей**: Да.

**Айболит**: Я знаю, что вы любите заниматься физкультурой.

Вам нравится играть с мячом?

**Ответы детей**: Да.

**Айболит**: Сегодня я вас научу новой игре.

(*дети строятся в две колонны, поставив ноги на ширине плеч, создаем «туннель»)*

**Конкурс «Мячик – лучший Филин друг»**

(*по команде Айболита капитаны команд прокатывают мяч в туннель, когда мяч дойдет до конца «туннеля», все поворачиваются кругом – на 180 градусов, и вновь прокатывают мяч. Команда, которая справится с заданием быстрее – получает две медальки- «Цитовирки»)*

*Дети садятся на стулья, под музыку охая и чихая появляется Незнайка*

**Айболит:** Здравствуйте, молодой человек. Как вас зовут?

(Незнайка в ответ чихает)

Ребята, вы знаете этого больного?

**Ответы детей:** Да. Это Незнайка.

**Айболит**: Кажется, у вас грипп, не убереглись, голубчик.

**Незнайка**: А что вызывает грипп?

**Ответы детей**: Вирусы.

**Незнайка:** А как это они ко мне попали? Я их не звал.   
**Ответы детей:** Через воздух. Вирусы летают в воздухе, а люди их вдыхают.

**Айболит**: Незнайка, вам необходимо лечиться.

**Незнайка:** Как же мне узнать, что я уже заболел?

**Айболит:** Ребята, давайте поможем Незнайке узнать чем отличается больной человек от здорового.

**Ответы детей**:

У больного – высокая температура, кашель, плохой аппетит, боль в мышцах и суставах.

**Айболит:** А как называется боль в мышцах и суставах?

**Ответы детей**: Ломота.

**Айболит:** Ребята, что нужно делать, если ты заболел?

**Ответы детей**: Нужно принимать лекарства и витамины, которые выписал врач.

**Незнайка:** Пойду домой и выпью сейчас много лекарств и буду здоров.

**Ответы детей**: Детям строго настрого нельзя брать лекарства, дает лекарства только взрослый: врач или мама.

**Незнайка:** А я люблю пить холодный лимонад.

**Айболит:** Дети, вы согласны с Незнайкой?

**Ответы детей:** Нет. Больному нужно только теплое питье.

**Айболит**: И если ты чихаешь или кашляешь то?

**Ответы детей**: Нужно прикрывать нос и рот, чтобы не заразить окружающих людей.

**Айболит:** Правильно. А специально для детей и Незнайки в период простуды выпускают лекарственный препарат, который называется Цитовир.

Сейчас мы Незнайке дадим ложечку Цитовира и вылечим его.

(Айболит дает Незнайке лекарство)

**Айболит:** Ребята, давайте расскажем и покажем Незнайке как можно уберечь себя от болезни.

**Физкультминутка**

**Ранним утром ты проснись, потянись и улыбнись**

*(встав на носки потянуться)*

**Чтобы было сил в достатке, не забудьте про зарядку**

*(рывки руками перед грудью –с разведением в стороны)*

**Если правильно питаться, закаляться и гулять**

*(поглаживание по животу, ходьба на месте)*

**Если вовремя в кроватку вечером ложиться спать**

(*руки под щечку*)

**Если вредные привычки от себя ты уберешь**

*(погрозить одним пальчиком)*

**Это значит, что здоровый образ жизни ты ведешь**!

*(ходьба на месте)*

**Айболит**: Все запомнил Незнайка? Дети, давайте расскажем Незнайке о том, как еще можно уберечь себя от гриппа?

**Ответы детей**: Делать прививку, есть больше витаминов, одеваться по погоде.

**Айболит**: Правильно. А как по-другому называют прививку?

**Ответы детей**: Вакцина.

**Незнайка**: Вот и мне надо сделать прививку, чтобы я выздоровел.

**Ответы детей:** Нет. Прививку делают только здоровым людям.

**Айболит**: Вам Незнайка необходимы витамины, вы знаете в каких продуктах они содержатся?

**Незнайка**: Нет. Подскажите мне, пожалуйста.

**Конкурс «Никуда Степашка без морковочки!»**

(*Делимся на команды. Задача участников команды – за фиксированное время (1 минута) по очереди добежать до обруча/подноса, забрать картинку с одним полезным продуктом и отнести его ведущему. Количество попыток (подходов к подносу/обручу) для каждой команды одинаковое – 6 попыток.*

***Методика оценки:*** *Каждая команда получает:*

* *3 «Цитовирки»: если участники принесли все 6 полезных продуктов.*
* *2 «Цитовирки»: если участники принесли 4 и больше полезных продуктов.*
* *1 «Цитовирка»: если команда передала ведущему 3 полезных продукта.*
* *0 «Цитовирок»: если команда передала ведущему меньше 3 полезных продуктов и по одной «Цитовирке» за каждую загадку).*

**Степашкины загадки:**

Я – и свежий, и солёный,   
Весь пупырчатый, зелёный.  Не забудь меня, дружок,   
Запасай здоровье впрок. (огурец).

Жёлтый цитрусовый плод   
В странах солнечных растёт.   
Витаминов кладезь он,   
А зовут его. . . (лимон).

Из крупы ее сварили,  
Посолили, подсластили.  
Эй, ну где же ложка наша?!  
Так вкусна на завтрак… (каша).

Над землёй зелёный хвост,  
Под землёю красный нос.  
Зайчик уплетает ловко...  
Как зовут её? ... (морковка).

Этот сладкий фрукт растет  
В жарких странах круглый год.  
Очень любят обезьяны  
Кушать спелые …(бананы).

**Незнайка**: Ой, как интересно. А у меня есть дома витамины похожие на таблетки. Они маленькие и сладкие, сейчас возьму и наемся их досыта.

**Айболит:** Много таких витаминов есть нельзя, в больших количествах они могут навредить. Вы согласны дети?

**Ответы детей**: Да.

**Айболит**: Видишь, Незнайка, наши ребята не просто малыши. Они много знают и умеют. Они супер-герои, потому что выучили даже противовирусный танец, который помогает им бороться с простудой.

**Дети танцуют противовирусный танец**

**Айболит:** Чтобы быть здоровыми и бодрыми я вас и Незнайку угощу витаминным соком из фруктов. Угощайтесь на здоровье.