**Экологическое развлечение со спортивными элементами**

**Задачи:** Знакомить детей с вирусными заболеваниями. 2.со способами профилактики лечения гриппа. 3.Закреплять умение выполнять ОВД (ползание, ходьба, бег, прыжки).

**Оборудование:** Надувные шары, обручи, туннели, фрукты, корзинка.

*Дети входят в группу, строятся в круг. Раздается стук в дверь, входит Грипп с воздушными шарами (микробами).*

**Воспитатель:** Вы кто?

**Грипп:** Я? Грипп! Я шел к вам, чтобы подружится. Это же так хорошо, когда кто то болеет гриппом: лежит себе дома, отдыхает, смотрит мультики, ест всякую вкуснятину. Восхитительное состояние.

**Воспитатель:** Да ты что, Грипп, нет ни чего хорошего в дружбе с тобой. Наши ребята тоже болели гриппом, но вряд ли их состояние можно назвать восхитительным. Ребята, расскажите, пожалуйста, что вы чувствовали, когда болели?

**Дети:** У нас поднималась температура, болело горло, голова, был насморк и кашель.

**Воспитатель:** Ребята, а вы знаете, как можно заразиться гриппом? Я вам расскажу. Смотрите, Грипп пришел к нам не один он принес нам свои микробы. Настоящие микробы очень похожи на шарики, но они очень маленькие, что нам их не видно. Больной гриппом человек кашляет или чихает, бактерии вылетают у него изо рта или из носа. Они летают по воздуху и могут попасть к здоровым людям и заразить его. Грипп передается воздушно капельным путем, т. е. по воздуху. Поэтому очень важно, если вы заболели, чихаете или кашляете, закрывать рот и нос носовым платком, чтобы не заразить окружающих. Но грипп пристает не ко всем, можно победить его бактерии. Как вы думаете, что нужно для этого делать.

**Дети:** Пить витамины, таблетки, промывать нос, полоскать горло, делать прививку…

**Воспитатель:** А давайте мы с вами попробуем победить эти бактерии.

*Грипп разбрасывает шарики по залу. Дети лопают шарики ногами.*

**Грипп:** Ишь вы, какие… витамины, прививки… Я вас не боюсь, я сильнее вас!

**Воспитатель:** Ах, так, я сейчас позвоню в больницу и попрошу, чтоб нам прислали вакцину против гриппа, и тогда мы посмотрим кто сильнее.

*Воспитатель звонит. Появляется прививка.*

**Прививка:** Здравствуйте, ребята! Я – Прививка, создана специально для того, что бы уничтожать Грипп, я дружу со всеми детьми.

*Грипп пугается*

**Прививка:** Я думаю, вы знаете, что нужно делать, что бы не заболеть.

**Воспитатель:** Да, ребята знают, что нужно делать, чтоб не заболеть гриппом, вот послушайте.

*Дети читают стихи*

*1- й ребенок*

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья –

Должен быть режим у дня.

*2 - й ребенок*

Следует, ребята знать,

Нужно всем по дольше спать,

Ну а утром не лениться, на зарядку становиться.

*3 – й ребенок*

Чистить зубы. Умываться

И по чаще улыбаться,

Закаляться и тогда

Не страшна тебе хандра.

*4 - й ребенок*

У здоровья есть враги:

С ними дружбы не води!

Среди них – тихоня лень,

С ней борись ты каждый день!

*5 – й ребенок*

Чтобы не один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно с мылом и водой!

*6 - й ребенок*

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

*7 - й ребенок*

На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по пагоде!

*8 – й ребенок*

Ну а если уж случилось:

Разболеется получилось…

Знай, к врачу тебе пора, он поможет нам всегда.

**Воспитатель:** Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!

**Прививка:** Да, все правильно! А давайте – ка прямо сейчас сделаем зарядку.

*Дети выполняют комплекс упражнений.*

**Прививка:** Конечно, занятия физкультурой и спортом укрепляют организм, делают человека сильным, ловким. В борьбе с болезнью этого мало, нам поможет еще и витами С. А вот и он.

*Входит Витамин*

**Витамин:** Здравствуйте, ребята, я – Витамин С. Я живу в разных фруктах: яблоках, лимонах, киви и апельсинах. Некоторые из них растут в теплых странах. Хотите вместе со мной отправиться туда? Я дорогу знаю.

**Дети:** Хотим.

**Витамин:** Тогда вперед! Мы поедем на поезде, занимайте места, в путь!

*Дети строятся в колонну и двигаются, имитируя движения поезда.*

**Витамин:** Вот мы и приехали, но, посмотрите , впереди непроходимый лес и дороги нет… Давайте искать, как через него пройти? Вон какие - то туннели, давайте попробуем по ним перебраться на другую сторону леса.

*Дети выполняют упражнения «проползи через туннель».*

**Витамин:** Получилось! Мы вышли на берег горной реки. Давайте переберемся на другой берег. Как же это сделать? Мы будем перепрыгивать с камня на камень.

*Дети выполняют упражнение «переберись на другой берег». Прыгают из обруча в обруч на двух ногах (с камня на камень).*

**Витамин:** Мы с вами удачно переправились, теперь можно и отдохнуть.

*Проводиться игра «Замри».*

Ребята посмотрите, сколько тут полезных фруктов с витамином С.

**Грипп:** Ха-ха, я перепутал все фрукты, теперь попробуйте найти, в каких есть витамин С, а в каких нет.

**Витамин:** Ничего, Грипп, тебе нас не запутать. Я попрошу детей отобрать те фрукты, которые содержат витамин С.

*Дети по одному добегают до фруктов берут один и бегут обратно.*

**Витамин:** Какие вы молодцы, а теперь пора возвращаться домой. занимайте свои места в вагонах поезда и в путь!

*Дети строятся в колонну и едут на поезде.*

**Витамин:** Спасибо вам, друзья, я рад, что вы знаете, какие витамины помогут уберечься от гриппа. Мне пора, побегу в другой сад и там помогу ребятам побороть Грипп. До свидания!

**Дети:** Спасибо, до свидания!

Грипп: А – а… наконец – то ушел, теперь я здесь главный! Сейчас как чихну, как заражу вас всех, будете знать.

**Прививка:** Грипп, постой! Ты забыл, что я здесь!

*Прививка достает шприц и делает укол. Грипп падает и уползает из группы.*

**Прививка:** Ребята, я рада, что смогла вам помочь. Теперь побежала назад в больницу, вдруг еще кому - нибудь понадобится моя помощь. До свидания!

**Дети:** Спасибо, до свидания!

**Воспитатель:** Ребята, какие вы молодцы! Мы узнали, что нужно делать, чтобы не заболеть гриппом, побывали в волшебной стране. А теперь давайте попробуем фрукты, которые мы собрали в теплых странах. Детям раздаются мандарины (апельсины).

**Дети уходят.**