**ДОСУГ «ЧТОБЫ НАМ НЕ БОЛЕТЬ».**

**Цель:** Создать положительный настрой у детей.

**Задачи:** В игровой форме, используя зрелищное выступление, воспитывать доброе отношение к врачам; формировать осознанное отношение к необходимости укреплять здоровье с помощью зарядки, витаминов; совершенствовать двигательные навыки детей.

**Оборудование**: спортивный зал, костюмы клоунов и врача, сумка с игровым набором «доктор», детский диван и стул, туннель, обручи, шнур, бутылочки с лекарством, звук сирены «Скорой помощи».

**Игровое действие:**

*Дети входят в спортивный зал и садятся на скамейки. Воспитатель говорит, что сегодня к детям придут гости. Вбегает запыхавшийся клоун.*

***Клоун Бим:*** Здравствуйте, ребята! Меня зовут клоун Бим. Жаль, что я немного опоздал, но я так спешил…А что, мой друг клоун Бом не приходил сюда?

***Дети:*** Нет.

***Клоун Бим***. Он такой же, как я, только у него колпак синий.

***Дети:*** Нет! Не приходил!

***Клоун Бим:*** Вот хорошо. Значит, я первый пришёл. Мы с ним разными дорогами пошли, и я прибежал первым. Пока его нет, я спрячусь. Пусть он подумает, что меня здесь нет. Куда же мне спрятаться? *(Оглядывается, прячется). С противоположной стороны идёт другой клоун, с чемоданом, с раскрытым зонтиком, вокруг шеи обмотан длинный шарф. Идёт он очень медленно. Выйдя в центр зала, закрывает зонтик, долго разматывает шарф.*

***Воспитатель***: Клоун Бом ты почему так закутался?

***Клону Бом*** (чихает):

У меня печальный вид.

Апчхи! Апчхи!

Голова моя болит.

Апчхи! Апчхи!

Я чихаю, я охрип.

***Воспитатель***: Что такое?

***Клоун Бом:*** (вздыхает): Это – грипп!

***Воспитатель:*** А вот наши ребята не болеют!

***Клон Бом:*** (с сомненьем). Не болеют?

***Воспитатель*:** Не болеют! Мы и тебя научим не болеть. А сейчас тебе нужно подлечиться. Без доктора нам не обойтись!

*Воспитатель звонит по телефону и просит срочно приехать доктора. Подходит к клоуну и бережно усаживает его на диванчик среди подушек, ставит градусник (звучит сирена «Скорой помощи»). Входит доктор.*

***Доктор:*** Здравствуйте, ребята! Кто из вас болен?

Осматривает клоуна, слушает, смотрит на градусник.

***Доктор:***

Подышите! Не дышите!

И уж лучше полежите

И лекарство вот примите *(наливает в ложку лекарство).*

Витамины и таблетки

Вместо жвачки и конфетки.

И покой на много дней

Вместо лыж, коньков, саней….

*Доктор укладывает Клоуна Бома, дает лекарство и рассказывает, что нужно закаляться, спортом заниматься, принимать витамины. Уходит и обещает вернуться, чтобы проверить, как клоун поправляется. Появляется из укрытия клоун Бим.*

***Клоун Бим***: Я первый пришел. Хотел с тобой и с ребятами поиграть, повеселиться, а ты заболел. Как бы мне от тебя не заразиться!

***Воспитатель:***

Чтобы нам не болеть

И не простужаться,

Мы зарядкой с тобой

Будем заниматься!

Начинаем подготовку,

Выходи на тренировку!

Дети выполняют гимнастические упражнения с мячами:

**Проводится физминутка «Разминка»**

Все движения разминки повторяем без запинки!

Эй! Попрыгали на месте. *(прыжки, руки на поясе)*

Эй! Руками машем вместе. *(прыжки, взмахи руками в стороны)*

Эхе-хе! Прогнули спинки,

Посмотрели на ботинки. *(наклоны вперёд и назад)*

Эге-ге! Нагнулись ниже

Наклонились к полу ближе. *(наклоны вперёд, касаемся пола руками)*

Повертелись на месте ловко.

В этом нам нужна сноровка. *(повороты вправо, влево)*

На носок, потом на пятку

Все мы делаем зарядку.

Молодцы ребята.

*Организуется полоса препятствий: нужно пройти по канату, проползти по туннелю, прыгать на двух ногах из обруча в обруч до конца полосы препятствий. Клоун Бим принимает активное участие во всех играх. Клоун Бом лечиться: пьёт лекарство, принимает витамины.*

***Клоун Бом:*** Какие ребята вы молодцы, как вы ловко справились со всеми препятствиями!

***Воспитатель:*** Если ты будешь каждый день делать зарядку и заниматься спортом, ты тоже будешь ловким и смелым, как наши ребята и не будешь болеть. А сейчас время доктору прийти и осмотр произвести.

*Звучит сирена «Скорой помощи». Входит доктор.*

***Воспитатель:*** Доктор! Наши ребята

В спортсмены кандидаты.

Я прошу вас дать ответ

Все здоровы или нет?

***Доктор:*** *(обращается к Клоуну Бому).* Попрошу лежачих встать. (*Обращаясь ко всем*) и команды выполнять!

Вы дышите!

Не дышите!

Всё в порядке.

Отдохните!

Вместе руки поднимайте!

Превосходно!

Опускайте!

Наклонитесь!

Разогнитесь!

Встаньте прямо!

Улыбнитесь!

***Доктор:*** *(обращаясь к воспитателю)*

Да, осмотром я доволен –

Из ребят никто не болен,

Каждый весел и здоров

И к занятиям готов!

***Доктор:*** С вами, ребята, я прощаюсь, желаю всем быть здоровыми и помнить: солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Доктор уходит. *На ходу оглядывается и добавляет*: «И ещё витамины!»

***Воспитатель***: Какая помощь нужна, если ты заболел?

***Ответы детей:*** Нужно позвать врача, принимать лекарство, витамины.

***Воспитатель.*** Что помогает нам не болеть?

***Дети:*** Закаливание, занятия спортом.

***Клоуны***: Спасибо вам ребята, теперь мы знаем, что нужно делать, чтобы не болеть. Теперь мы будем ловкими, быстрыми, смелыми, как вы.

*Клоуны прощаются и уходят.*

*Досуг заканчивается шествием под весёлую музыку (по выбору педагога).*