«Путешествие в страну здоровья»

Программное содержание: формировать у детей навыки здорового образа жизни, учить заботиться о своем здоровье; приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой;. Развивать познавательно - эмоциональный интерес, двигательную активность детей. Воспитывать желание быть здоровым, интерес к спортивным играм, уважительное отношение друг к другу.

Оборудование: зубная щетка, расческа, мыло, полотенце, плакаты, муляжи продуктов, корзины,

**Ход занятия.**

Воспитатель: Здравствуйте ребята! Наш утренний кружок сегодня необычный. Сегодня я предлагаю Вам отправиться в путешествие по городу здоровья!!!! А вот названия города, я Вам пока говорить не буду, пусть это будет моей маленькой тайной. И Вы после возвращения из путешествия, должны будете отгадать, в каком же городе Мы с вами побывали. Посмотрите, как сегодня у нас много гостей. Они пришли нас сегодня поддержать, будут нас фотографировать, ну и конечно же будут нам помогать !!!!

Воспитатель: Я предлагаю отправиться в путешествие. Готовы???

Дети: Да!

Воспитатель: За окошком, за дверями есть такой прекрасный город! Название у которого есть, и улиц у него несчесть!!

Каждая улица – необычная!!!!!

Воспитатель: Отправляемся в путь, закройте глазки, покружитесь, в городе здоровья очутитесь. Смотрите перед нами преграда, город наш на замке, чтобы пройти нужно отворить замок, но он не простой, а волшебный, чтобы он открылся нам нужно поколдовать!!

(Дети выполняют пальчиковую гимнастику) .

Начинаем колдовать,

Двери в сказку открывать,

Хоть замочек очень крепкий,

Металлический и цепкий,

Мы его сперва покрутим,

А потом три раза дунем.

Покачаем – раз, два, три.

Дверь, замочек, отвори..

Двери открываются,

Путешествие начинается.

Воспитатель: Ребята на чем можно отправится в путешествие?

(Ответы детей.) А я предлагаю на автобусе. Но для начала мы с вами должны обязательно посчитать , сколько нас детей отправится в дорогу. ( дети считают ). Отправляемся! И вот перед нами стоит город . Сколько здесь улиц!!! А вот и название!!

Улица -

СПОРТИВНАЯ здесь все жители занимаются спортом, чтобы быть здоровыми. Послушайте, какой девиз: на этой улице:

«Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно! Только надо знать, как здоровым стать. Приучай себя к порядку, делай каждый день… »

Дети: Зарядку!

- Ребята, а для чего делают зарядку?

Дети: Чтобы проснуться, быть здоровым, зарядиться бодростью.

- Утро в этом городе начинается с зарядки! А вы, ребята, умеете делать зарядку? Давайте покажем.

**Звучит музыка. Дети выполняют упражнения под музыку.!**

Воспитатель: Молодцы. Хороший город, он зарядил нас бодростью, и теперь мы сможем продолжать путешествие. Нас уже ждут в другом городе.

- Ребята, посмотрите вокруг какая чистота, вы, наверное, догадались в какой город мы попали? (Ответы детей.)

- Эта остановка называется ГИГИЕНИЧЕСКАЯ».

(Раздается стук в таз)

Воспитатель: Что за шум, это кто к нам спешит? Угадали кто это? Это Мойдодыр, умывальников начальник и мочалок командир. Мойдодыр: Что за гости к нам пришли и микробов нанесли ведь, наверное, с утра не умываетесь никогда.

Воспитатель: Уважаемый Мойдодыр, наши детки аккуратные, все знают о гигиене.

Мойдодыр: А вот мы и проверим.

1. Вы по утрам умываетесь? ( как ВЫ это делаете ).

2. Когда нужно мыть руки?

3. Сколько раз нужно чистить зубы?

4. Почему плохо быть грязнулей?

5. Что нужно делать, чтобы быть чистым?

Ну молодцы, а моих помощников не видели? Помогите мне их отыскать - отгадайте загадки.

Гладко, душисто, моет чисто. (Мыло)

Костяная спинка, Жестяная щетинка, С мятной пастой дружит, нам усердно служит. (Зубная щетка)

Оказались на макушке

Два вихра и завитушки.

Чтобы сделать нам причёску,

Надо что иметь? (Расческа) .

Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое? (полотенце) .

Если руки наши в ваксе,

Если на нос сели кляксы,

Кто тогда нам первый друг,

Снимет грязь с лица и рук?

Без чего не может мама

Ни готовить, ни стирать,

Без чего, мы скажем прямо,

Человеку умирать?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли -

Жить нельзя нам без. (Вода)

Мойдодыр. Молодцы! Вижу, Вы ребята смышленые, много знаете. А играть Вы любите? Давайте поиграем в игру "Похлопайте в ладоши".

Вам мальчики и девочки,

Приготовлены полезные советы.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не понравился совет,

# Говорите: Нет, нет, нет!

Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

# Если мой совет хороший?

# Вы похлопайте в ладоши!

Не грызите лист капусты,

Он совсем, совсем не вкусный,

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад,

Это правильный совет?

# - Нет, нет, нет!

Говорила маме Маша:

- Я не буду чистить зубы,

И теперь у нашей Маши

Дырки в каждом, каждом зубе.

Каков будет ваш ответ?

Молодец Маша? Нет?

Зубы вы почистили

И идите спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать.

Это правильный совет?

- Нет, нет, нет!

Мойдодыр благодарит детей и уходит.

Воспитатель: Ребята, нам нужно двигаться дальше. ( звучит музыка). Дети поют

Прибыли на станцию …АППЕТИТНАЯ

Воспитатель: Прибыли !!!! Какая интересная улица!!! Сколько здесь вкусняшек!!! (На большом листе бумаги изображены различные продукты питания ( овощи, конфеты, фрукты, чипсы, молоко, газированные напитки, мороженное, яйца, черный хлеб).

### Появляется Карлсон

### Карлсон: Здравствуйте, ребята! А у меня для вас гостинцы. Я много чего приготовил – здесь и чипсы, и хот-доги и газировка моя любимая.

Воспитатель: Карлсон, а ты разве не знаешь, что в твоих гостинцах много вредной еды. Есть надо продукты богатые витаминами, чтобы быть здоровыми и не болеть. Ребята давайте поможем разобраться Карлсону, где полезные, а где вредные продукты. Игра «Полезно-вредно». Дети раскладывают на два подноса полезные продукты и продукты, которые могут принести вред.

Карлсон: Вы хотите сказать, что газировку пить вредно? Желтая фанта – напиток для франта.

Воспитатель: Будешь фанту пить, смотри –

Растворишься изнутри.

Карлсон: В мире лучшая награда - это плитка шоколада.

Воспитатель: В мире лучшая награда - кисть большая винограда.

Карлсон: Стать здоровым мне помогут с острым кетчупом хот-доги.

Воспитатель: Будешь часто есть хот-доги,

Через год протянешь ноги.

Карлсон: Знайте дамы, господа,

Сникерс - лучшая еда.

Воспитатель: Будешь сникерсом питаться -

Можешь без зубов остаться. Карлсон: Я собою очень горд-

Я купил сегодня торт.

Воспитатель: Фрукты, овощи полезней, защищают от болезней

Карлсон: Ну, я так с вами не играю!!! Это нельзя!!! То вредно!!! Все, что я люблю, вы говорите –нельзя!!

Воспитатель: Ну не обижайся!!! Никто тебе не запрещает есть эти продукты, они конечно же вкусные, но не в таких же больших количествах их употреблять?!

Карлсон:Чтоже делать?? У меня есть корзина, но все, что в ней было, я сегодня съел!!! И она теперь пустая!!

Воспитатель: А мы сейчас ее тебе заполним полезной и неменнее вкусной едой!! Правда, ребята??! Дети по очереди заполняют и проговаривают, что в нее положили)

Карсон: Ой, какая тяжелая стала моя корзина!! И какая она у меня красивая!!! Спасибо дети ВАМ!!

Уходит.

Воспитатель: Да, и наше путешествие завершается, нам ребята пора возвращаться детский сад. Нас ждет Татьяна Викторовна, чтобы напоить нас полезным и вкусным соком! Да, ребята??? ( музыка). Ну, где мы сегодня побывали?? Что запомнили?? Понравилось ВАМ?? Молодцы!!! Всех Вас я хочу поблагодарить, и наградить за Ваши знания и хорошее поведение!!