**Комплексная экологическая игра-развлечение со спортивными элементами**

**«Как победить грипп»**

Задачи:

-знакомить детей с вирусными заболеваниями;

-со способами профилактики и лечения гриппа;

-закрепить умение выполнять ОВД (ползание, ходьба, бег, прыжки).

Оборудование: надувные шары, обручи, туннели, кочки, фрукты, богатые витамином С, другие фрукты и овощи; макет волшеб­ного дерева.

Участники*:* дети старшего до­школьного возраста.

Действующие лица: Воспитатель, инструктор по физической культуре, Грипп, Прививка, Витамин С.

Дети сидят в группе. Раздается стук в дверь.

Инструктор. Ребята, к нам кто-то стучится, кто это может быть?

Появляется Грипп.

Гр и п п. А вот вы где!

Инструктор. Вы кто?

Г р и п п. Я? Грипп! Я шел к вам, чтобы подружиться. Это же так хорошо, когда кто-то болеет грип­пом: лежит себе дома, отдыхает, смотрит мультики, ест всякую вкуснятину. Восхитительное состояние...

Инструктор. Да ты что, Грипп, нет ничего 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 (перечисляют). У нас поднималась высокая температура, был насморк, кашель…

Инструктор . Ребята, а вы знаете, как можно заразиться гриппом? Я расскажу. посмотрите, у нас в группе висят воздушные шары. Представьте себе, что это бактерии гриппа, они тоже похожи на шарики, но настолько маленькие, что нам их невидно. 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 думае­те, что нужно для этого делать?

Дети. Пить витамины, таблет­ки, промывать нос, полоскать горло, делать

прививку и т.д.

После каждого ответа воспита­тель прокалывает по одному шари­ку—бактерии гриппа.

Грипп *(язвительно).* Ишь выкакие... витамины, прививки... Я вас не боюсь, я сильнее вас!

Инструктор. Ах так, я сей­час позвоню в больницу и по­прошу, чтобы нам прислали вак­цину против гриппа, и тогда посмотрим, кто у нас сильнее.

*Инструктор звонит. Появляется Прививка*.

Прививка. Здравствуйте, ребята! Я - Прививка, создана для того, чтобы уничтожать Грипп, я дружу со всеми ребятами.

Грипп пугается.

Воспитатель. Да ребята знают, что нужно делать, чтобы не заболеть гриппом.

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 подольше спать,

Ну а утром не лениться,

На зарядку становиться.

3-й ребенок

Чистить зубы, умываться,

И почаще 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 ни 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:

Одевайся по погоде!

8-й ребенок

Ну а если уж случилось,

Разболеться 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 (по выбору инструктора).*

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

*Входит витамин С.*

Витамин С. Здравствуйте, ребята, я-витаминС. Я живу в разных фруктах: яблоках, апельсинах, киви. Некоторые из них растут в теплых странах. Хотите туда со мной поехать? Я дорогу знаю.

Дети. Хотим.

Витамин С. Тогда вперед, занимайте места в поезде, в путь!

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

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

*Дети выполняют упражнение «Проползи через туннель».*

Получилось! Мы вышли на берег реки. Давайте переберемся на другой берег. Как же это нам сделать?

*Дети подсказывают( по камушкам).*

Да правильно мы будем перепрыгивать с камня на камень.

*Дети выполняют упражнение «Переберись на другой берег»*

Мы с вами удачно переправились можно и отдохнуть*.(Предлагает поиграть в игры «Погляди лесной народ» и «Как живешь?»*

Ребята, посмотрите какое чудесное дерево. Как много на нем полезных фруктов и овощей с витамином С.

Грипп. Ха-ха, я все фрукты и овощи перепутал. Попробуйте их разобрать, где есть витамин С.

Витамин С. Ничего, Грипп, тебе нас не запутать. Я попрошу девочек собрать фрукты, а мальчиков-овощи.

*Проводится игра «Собери овощи и фрукты».*

Какие вы молодцы. Я подарю вам витаминки *(воздушные шарики).*

*Проводится игра (Воздушный шарик).*

Пора возвращаться домой. Занимайте места в поезде. В путь!

Спасибо вам друзья, я рад ,что вы знаете, какие витамины помогут уберечься от гриппа. Мне пора ,побегу в другой детский 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 и заражу вас всех, будете знать.

Прививка. Грипп, постой! Ты забыл, что я здесь!

Прививка достает шприц и делает укол, грипп уползает.

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.

Инструктор. Ребята, какие вы молодцы! Мы узнали, что нужно делать, чтобы не заболеть гриппом, побывали в волшебной стране.

Давайте споем веселую песню. *Дети поют песню (Спортивная семья).*

А теперь давайте попробуем фрукты, которые мы собрали в теплых странах.

*Всех детей угощают фруктами.*

*Дети выходят из зала.*