Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

Костромского муниципального района Костромской области

«Детский сад села Шунга»,

156964 Костромская область, Костромской район, село Шунга, улица Юбилейная дом 11-а

Телефон (4942) 668-337

Сценарий обучающего развлечения для детей старшего дошкольного возраста по формированию здорового образа жизни

**«Где ты прячешься, здоровье?»**

автор сценария и стихов

старший воспитатель Румянцева Ирина Ананьевна,

первая квалификационная категория

**Цель:** формирование знаний о здоровом образе жизни.

**Задачи:** охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей,

развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни,

развивать мышление, умозаключение, речь, память, внимание.

**Ход развлечения**

**Воспитатель:** «Здравствуй», - люди говорят. Это слово просто клад!

Здравствуй, значит – будь здоров! И не нужно больше слов.

Если здравствуй, ты сказал, ты здоровья пожелал.

Здравствуйте, ребята. ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** А если вы ещё и улыбнётесь друг другу, значит, весь день у вас будет хорошее настроение, а хорошее настроение это здоровье. Поздоровайтесь ещё раз и улыбнитесь! Приглашаю вас в путешествие за здоровьем. Давайте узнаем, где же оно прячется.

*На экране появляется картинка – заставка -улыбающийся малыш.*

**Воспитатель:** Здоровье надо укреплять, его всегда оберегать,

заботиться о нём всегда. Болеть не будешь никогда!

Давайте все вместе подумаем. Как нужно укреплять здоровье.

*На экране – дети, выполняющие культурно гигиенические процедуры.* ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Назовите, какие предметы вам необходимы для личной гигиены. Я загадаю загадки, и если ответ будет правильный, на экране появятся отгадки.

1.Трудно его в руках удержать, намочу – начинает из рук ускользать.

Много пены от него, грязь уходит с рук легко.

2.В руки я её беру и по волосам веду.

Волосы лежат рядками под острыми её зубами.

3.Чистить зубы помогает. На щетинке паста тает.

Ею чистить каждый день зубы нам совсем не лень.

4.Рёву и грязнулю им сейчас утру я.

Если насморк приключится, тоже очень пригодится.

5.В ванне вымылся и вот - оно тебя давно уж ждёт.

Вытрешься и ты - сухой, а оно намокло, ой,!

Ребята, можно ли давать другим людям свои предметы личной гигиены и почему? РАССУЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Ребята, ответьте на вопрос, без чего человек не сможет жить? РАССУЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Может человек без еды пять недель прожить,

Может человек без воды пять дней прожить.

А без этого нельзя пять минут прожить, друзья! РАССУЖДЕНИЯ И ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

**Воспитатель:** Каким воздухом нужно дышать, чтобы быть здоровым? ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ,

**Воспитатель:** Давайте и мы сейчас подышим. У нас в группе проветрено, воздух свежий.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.

Носом глубоко вдыхайте, руки к верху поднимайте.

Рот открой и выдыхай – руки плавно отпускай!

Снова рот закрой, вдохни, пусть вдыхают две ноздри.

А теперь выдыхай, рот тихонько открывай.

Часто - часто подышали, будто мы сейчас бежали,

А теперь всё реже, реже, чувствуете, воздух свежий?

Медленнее дышим, стой! Своё дыханье успокой!

**Воспитатель:** Чтоб здоровым быть всегда нужна полезная еда!

Чтоб не трогала болезнь, чесночёк ты должен есть.

Хлеба корочку возьмёшь чесночком её натрёшь.

И увидишь там и тут, как микробы побегут!

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ВЫБЕРИ ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ»

**Воспитатель:** А сейчас для вас ребятки, загадаю я загадки.

Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте!

Здоровым будешь ты всегда, коль будет правильной *еда.*

Будешь правильно питаться, будешь лучше *развиваться.*

Натуральные продукты это овощи *и фрукты.*

Хочешь быть здоровым – слушай! Каждый день ты супчик *кушай!*

Для костей твоих, дружок, нужен утром *творожок.*

Чипсы, жвачка, сухари, это всё твои *враги!*

Дети! Правильно питайтесь! Быть здоровыми старайтесь!

*На экране – дети, занимающиеся физкультурой.*

**Воспитатель:** И, конечно, не секрет, быть здоровым много лет

Физкультура вам поможет, укрепить здоровье сможет.

Вы подвигайтесь, ребятки, занимаемся зарядкой.

ПАНТОМИЧЕСКАЯ ЗАРЯДКА

- Будто взяли в руки мяч, он об пол стремится вскачь.

- А теперь вы наклонитесь, штангу поднимать боитесь?

- Вот скакалки вы берите, через них сейчас скачите!

- Взяли обручи, и вот крутим бёдрами, народ!

Энергичнее крутите, обручи не уроните!

- А теперь бегом, бегом, бег на месте и кругом!

- Мы теперь уже поплыли, вот и к берегу приплыли!

Дети! А что может помешать здоровью? ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ.

*На экране по очереди появляются опасные предметы – нож, иголка, ножницы, утюг , таблетки.*

**Воспитатель:** Нужно знать правила хранения опасных предметов и правильного обращения с ними. Послушайте правила обращения с ними.

**1 ребёнок:** Все иголки и булавки не разбрасывай по лавкам,

А на место положи и в порядке их держи!

**2 ребёнок:** Электричество не трогай, не включай. Ударит током.

**3 ребёнок:** Не бери ты острый нож, никогда его не трожь!

**4 ребёнок:** Брать таблетки в рот нельзя, это яд, мои друзья!

**5 ребёнок:** Порошок стиральный брать могут лишь отец и мать.

*На экране – дети, выполняющие действия, согласно режима дня: спят, кушают, гуляют, занимаются и т.д.*

**Воспитатель:** Очень важно соблюдать время спать, гулять, играть.

Режим дня вы выполняйте и здоровьем управляйте.

*В группе появляется доктор.*

**Доктор:** Здравствуйте, я доктор Пилюлькин, лечу людей, делаю уколы. У вас в группе все здоровы? ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ

**Доктор:** И совсем нет больных? Удивительно!

**Воспитатель:** Наши дети знают секреты сохранения здоровья!

**Доктор:** Правда? И какие же это секреты? ОТВЕТЫ ТЫ и РАССУЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ.

**Доктор:** Но это же здорово! Тогда я хочу сказать, что вы забыли про витамины. А их я вам как раз и принёс. Получайте и не болейте! До свидания! Дети прощаются с доктором Пилюлькиным.

**Воспитатель:** Ну что, ребята, молодцы. Предлагаю в заключении поиграть в игру. Красной фишкой закрывайте то, что вредит нашему здоровью, а зелёной то, что укрепляет здоровье. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ПРАВИЛА ДОЛЖНЫ МЫ ЗНАТЬ, ИХ УМЕЕМ ПРИМЕНЯТЬ»