**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**центр развития ребенка -**

**детский сад № 61 «Мечта»**

*140206, г. Воскресенск, Московская обл., ул. Ломоносова, дом 105*

*тел. 8-496-44-46-151; Е-mail:* [*detskisadme4ta61@yandex.ru*](mailto:detskisadme4ta61@yandex.ru)

*ОКПО 42263400, ОГРН 1035001305349, ИНН/КПП 5005029919/500501001*

**Сценарий развлечения в средней группе**

**«Береги здоровье с детства»**

Подготовил воспитатель

средней группы №20

Куренева Е.С.

Музыкальный руководитель

Вареникова Е.С.

Воскресенск

2019г.

**Цель:** Закрепить принципы здорового образа жизни у детей.

**Задачи:**

*«Физическое направление»*

* Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
* Укреплять физическое здоровье детей, повышать сопротивляемость к простудным заболеваниям.
* Увлекать детей спортивными играми, физкультурой.
* Развивать физические качества у детей.
* Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, добрые и дружеские взаимоотношения.

*«Познавательное направление»*

* Формировать у детей знания о празднике «Дня здоровья».
* Закрепить знания о пользе здорового питания и витаминов.
* Развивать у детей мышление, внимание.
* Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

*«Речевое направление»*

* Закрепить у детей умение выразительно, громко рассказывать стихотворения, отгадывать загадки.
* Развивать память, внимание, логическое мышление, речевую активность.

*«Социально-коммуникативное направление»*

* Совершенствовать умение детей выполнять правила и нормы поведения в совместной игре.
* Продолжать формировать дружеские взаимоотношения.
* Воспитывать умение слушать сигналы педагога.

*«Художественно-эстетическое направление»*

* Формировать у детей умение двигаться под музыку.

**Действующие лица:** Фея чистоты, Замарашкин, дети.

**Материал:** интерактивная доска, два обруча, искусственные продукты (вредные и полезные), две корзинки, два фитбольных мяча, два конуса, флажки по количеству детей.

**Ход развлечения:**

*(Дети с воспитателем заходят в зал под музыку и встают в круг)*

***Танец-приветствие «Здравствуй, друг»***

*(Дети садятся на стульчики. Сразу звучит следующая музыка и «влетает» Фея Чистоты).*

Фея: Приветствую вас, мои друзья!

Дети (хором): Здравствуйте.

Фея: Я — Фея, и я — главная по чистоте. Ребята, сегодня у нас праздник День здоровья. Я спешила к вам в гости, чтобы пригласить на замечательный остров под названием «Здоровье». А кто скажет, что значит быть здоровым?

Ответы детей

Фея: Правильно, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А ещё не сидеть на месте, чаще двигаться.

*(В зал вваливается Замарашкин — неопрятный, грязный, с растрепанными волосами).*

Фея: Ой, ребята, поглядите! Какой неряшливый мальчик. Откуда ты взялся и кто ты?

Замарашкин: Я — Замарашкин.

Фея: Но отчего ты весь грязный? Тебя разве не учили, что грязь наносит вред здоровью?

Замарашкин: Нормальная грязь. Да и я вполне здоров (чихает).

Фея: Что-то я в этом очень сомневаюсь.

Замарашкин: Ох! Почему это у меня всё чешется? Ах! Зубы заболели! И уши тоже! И живот! Ай! Ужас какой! Что же это? Я болеть не хочу!

Фея: Ребята, поможем Замарашкину? Расскажем ему, как поддерживать здоровый образ жизни и никогда не болеть?

Дети: Да!

Фея: Тогда я приглашаю вас на остров под названием «Здоровье». Замарашкин ты готов с нами отправиться в увлекательное путешествие?

Замарашкин: Да, конечно!

*(На экране появляется картинка с тропинкой)*

*(Дети выстраиваются за Феей и под музыку идут змейкой по залу, выстраиваются полукругом около стульчиков).*

Фея: Вот мы и оказались на острове «Здоровье»! *(Появляется картинка острова на экране).*

***Стихи детей:***

1-й ребенок:

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

2-й ребенок:

В мире нет рецепта лучше

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет –

Вот и весь секрет!

3-й ребенок:

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Фея: Ребята, расскажите мне, что мы делаем утром после того, как проснемся?

Дети: Зарядку.

Фея: Покажем Замарашкину нашу зарядку?

Дети: Конечно!

Фея: Тогда встаем ребята. А зарядку мы будем выполнять вместе с Принцессой острова «Здоровье» и ее друзьями.

*(Дети делятся пополам и встают друг напротив друга)*

***Видео зарядка*** *(дети выполняют зарядку, а Замарашкин пытается за ними повторять).*

Фея: Молодцы! Присаживайтесь на свои места.

*(Дети садятся)*

Фея: Замарашкин, теперь ты будешь делать зарядку по утрам?

Замарашкин: Да, обязательно, чтобы быть здоровым.

Фея: Ребята, а как ещё мы можем поддерживать наше здоровье? Что мы должны еще делать по утрам?

Дети: Умываться, чистить зубы по утрам!

Фея: Правильно! Мы с вами знаем песенку и танец про умывания, покажем Замарашкину?

***Танец парами музыка Маша и Медведь «Песенка про умывание»***

*(После танца дети садятся)*

Фея: Ребята, давайте познакомим Замарашкина с предметами личной гигиены, ведь это тоже важное составляющее здорового образа жизни. Я сейчас буду загадывать вам загадки, а ваша задача отгадать их, если вы отгадаете правильно, то ответ появится на экране. Будьте внимательны!

***Загадки***

1.Белое, душистое

Пенится в руках

И лицо вдруг чистое,

Нет грязи на щеках. (Мыло)

2.В кармане тихо он лежит

И каждому принадлежит,

Поможет всем от слёз,

Сопливый вытрет нос. (Носовой платок)

3.Утром в ванной нас встречает

Зубастая волчица.

Всех микробов убивает,

Во рту, чтоб было чисто. (Зубная щётка)

4. Я водичкой умывалась,

Вытиралась тщательно.

Всё до капли в нём осталось,

Просто замечательно! (Полотенце)

5.Волосы она пригладит

И причёску подберёт.

Красоту она наводит,

Ну и косы заплетёт. (Расчёска)

6.Со щёткой очень дружит,

В домике мягком живёт,

Чистыми зубы содержит

И освежает рот. (Зубная паста)

Фея: молодцы! Все загадки отгадали.

-  Ребята, а что еще помогает сохранять наше здоровье?

Дети: Есть здоровую пищу, а также фрукты и овощи.

Фея: Нам надо есть правильную еду, которая содержит все необходимые для организма витамины. А где прячутся витамины, мы с вами сейчас узнаем. Предлагаю поиграть вам в эстафету «Собери полезные продукты».

***Эстафета «Собери полезные продукты»***

(Дети делятся на две команды и становятся в колонны. Перед колоннами корзинки с разными продуктами. Нужно выбрать из корзинки полезный продукт, добежать до лежащего обруча и положить его туда. Вернуться на место и передать эстафету. После подводятся итоги).

Фея: А чем еще можно заниматься, чтобы сохранять здоровье, быть сильными?

Дети: Спортом!

Фея: Правильно! И сейчас нас ждут веселые эстафеты.

***Эстафета «Попрыгунчики»***

(Сидя на мяче, каждый ребенок по очереди, должен допрыгать на мяче до ориентира (до конуса), бегом вернуться, передать мяч следующему участнику).

Фея: Ребята, а чтобы мы могли расти, заниматься спортом, быть в хорошем настроении нам необходим витамин D, откуда мы можем его получить?

Ответы детей

Фея: Правильно! Мы можем получить его от солнышка, а также из полезных продуктов. Солнышко дает нам свет и тепло. А еще, пребывая на солнышке, мы получаем витамин D. Этот витамин помогает нашему организму правильно развиваться, поэтому необходимо гулять, находиться на свежем воздухе, и даже заниматься спортом на улице. Но гулять под прямыми лучами солнца нужно аккуратно, особенно летом, когда лучики солнца очень яркие и жгучие.

И сейчас я вам предлагаю поиграть в эстафету «Солнышко лучистое».

***Эстафета «Солнышко лучистое»***

(Дети делятся на две команды, каждому ребенку раздается флажок. Напротив команд на расстоянии кладется обруч. По сигналу первый ребенок с флажком в руке бежит до обруча и кладет около него флажок. Возвращается и передает эстафету следующему. В итоге флажки должны лежать равномерно вокруг обруча в виде солнышка. Побеждает та команда, которая быстрее и аккуратнее собрала солнышко).

Фея: Молодцы ребята! Я вижу, что со спортом вы дружите. На этом наше приключение на острове «Здоровье» завершается. Пора возвращаться в детский садик *(Дети за Феей проходят змейкой по залу и садятся на стульчики).*

- Замарашкин, ты все запомнил?

Замарашкин: Да. Я запомнил. Надо выполнять зарядку, умываться, чистить зубы, правильно питаться и заниматься спортом.

Фея: Молодец! Обязательно поделись своими знаниями с друзьями.

Замарашкин: Спасибо вам ребята, до свидания!

Дети: До свидания!

Фея: Ребята вам понравилось наше путешествие? Что мы должны делать, чтобы быть здоровыми? В каких продуктах больше витаминов? Какие предметы личной гигиены вы знаете?

Ответы детей

Фея:

Нынче праздник, день здоровья,  
С ним хочу поздравить вас.  
Счастья, бодрости с любовью  
Пожелаю про запас!  
Пусть все хвори исчезают,  
Пусть покинут грусть и лень,  
Пусть здоровья вам хватает  
Каждый час и каждый день.

- А сейчас я вас провожу в группу и угощу полезными витаминами, чтобы вы оставались здоровыми, сильными, веселыми.