

Сценарий развлечения «Будь здоров!» для детей младшей группы

Цель: Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, беречь своё здоровье

Задачи: Закрепить знания детей о влиянии на здоровье. двигательной активности, питания, настроения, соблюдения личной гигиены.

Объяснить детям, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Закрепить знания детей о полезных и не полезных продуктах.

Формировать у детей самостоятельность и активность в выполнении культурно – гигиенических навыков.

Развивать память, внимание. Воспитывать желание быть здоровым, внимательно относиться к себе.

Ход развлечения.

Воспитатель: Ребята, сегодня мы собрались на праздник День Здоровья.

Как вы думаете, что значит быть здоровыми? (не болеть, быть сильными, крепкими)

- А как этого добиться? (заниматься спортом, двигаться, по утрам делать зарядку, правильно питаться)

- Правильно, ребята! Чтобы быть здоровыми, надо вести здоровый образ жизни, больше двигаться, по утрам делать зарядку.

- А вы любите делать зарядку? Тогда начнем с зарядки. Встаньте свободно, чтобы между вами свежий ветерок гулял.

Зарядка под музыку

Воспитатель: Каждый день зарядку делай, будешь сильным, смелым и здоровым.

- Ой, ребята, к нам кто-то в гости идет.

Доктор: Здравствуйте. Ребята! Я Доктор Неболейка. Я пришел к вам на праздник, как только узнал, что вы говорите о здоровье.

- Здесь надеюсь все здоровы? (ДА)

- Зубы чистите всегда? (ДА)

-А мочалка и вода с вами часто дружат? (ДА)

- Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут? (НЕТ)

-Хорошие ребятки здесь!

Доктор: Ребята, я хотел поинтересоваться у вас, что вы делаете каждое утро? (умываемся, делаем зарядку)

- Ну, что ж, молодцы! А зарядку вы уже сделали? (ДА)

-Хорошо! А вот я сейчас вас проверю, узнаете ли вы предметы личной гигиены?

Приготовьтесь отгадывать загадки.

(Доктор загадывает загадки)

Загадка 1. Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Воспитатель: А для чего нам нужно мыло? (Ответ: Чтобы мыться, намыливать ручки и т. д.)

Ладушки, ладушки,

С мылом моем лапушки. (имитируют мытье рук)

Чистые ладошки,

Вот вам хлеб и ложки. (протягивают руки вперед - показывают ладошки)

Загадка 2. Мягкое, пушистое,

Чистое — пречистое.

Об него мы руки вытираем

И на место убираем. (Полотенце)

Воспитатель: Для чего полотенце нам нужно? (Ответ: Чтобы вытирать лицо и руки)

Любишь умываться,

Не забудь вытираться. (имитируют вытирание)

Загадка 3. Всех лохматых расчесать,
Кудри в косы заплетать,
Делать модную прическу
Помогает нам ... (расческа)

Воспитатель: Для чего нужна? Кто вас в группе после сна заплетает?

Чешу, чешу волосоньки,
Расчесываю косоньки.
Что мы делаем расческой?

Делаем прическу!

Загадка 4. Кто почистит зубки нам по утрам и вечерам? (Зубная щетка)

Воспитатель: Чистим, чистим мы с утра, наши зубы до бела (движения снизу вверх)

Доктор: Молодцы, ребята. Все загадки отгадали. Ребята, чтобы быть здоровым, нужно соблюдать личную гигиену.

Гребешок, вода и мыло
Нам даны, друзья, не зря.
Чтобы были мы красивы
Были чистыми всегда!

ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!!!

Доктор: В круг вставайте, буду вас проверять с вами в игру играть.

Игра: «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем»

Один ребёнок водящий выходит из зала, дети которые в зале договариваются, что будут изображать т.е. мыть руки, расчесываться, стирать, чистить зубы и т.д. Приглашается водящий и спрашивает: «Где вы были? Что вы делали?». Дети отвечают хором: «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем». Дети изображают, например: моют руки. Водящий отгадывает: «Вы моете руки». Так же можно изображать: расчёсывают волосы, делают зарядку, чистят зубы, стирают и т.д.). Для продолжения игры выбирается другой водящий.

А еще, ребята, чтобы быть здоровыми, полезно веселиться и танцевать.

Музыкальная пауза: (Дети танцуют «Танец маленьких утят» под видеосопровождение)

Доктор: Вижу, у всех поднялось настроение. Молодцы! Весело танцевали. Веселыми быть полезно для здоровья.

- Ребятки, а еще чтобы быть здоровым, надо правильно питаться, употреблять в пищу только полезные продукты.

А вы знаете какие продукты полезные? (да)

А вот я сейчас проверю. Давайте поиграем в игру «ПОЛЕЗНО – НЕ ПОЛЕЗНО»

Игра «Полезно – не полезно»

Яблоки, жвачки, груши, чипсы, морковь, кока – кола, рыба, карамель. Творог, апельсины, мороженое, ряженка, ириски, яйца, шоколад, огурцы... (полезное – хлопают в ладоши, Не полезное – топают)

Доктор: Молодцы!!! Все знаете!

- Ребята, у меня есть особый рецепт здоровья:

Никогда не унываю

И улыбка на лице

Потому что принимаю

Витамины АВС.

- Для здоровья необходимы нам различные витамины. Чаще ешьте овощи и фрукты и полезные продукты.

Воспитатель: Доктор, а наши ребята знают еще один рецепт здоровья. Если заниматься физкультурой, то будешь сильным, ловким, смелым и здоровым. Вот сейчас мы тебе покажем, как мы занимаемся на занятиях по физкультуре.

Воспитатель предлагает детям пройти полосу препятствий. Дети по команде поточным способом перешагивают через кубики, подлезают под дуги, перепрыгивают из обруча в обруч)

Воспитатель: Ребята, вы узнали много полезного о здоровье. Я вижу на ваших лицах улыбку. А улыбка – залог хорошего настроения.

Доктор: Желаю вам быть здоровыми, крепкими, сильными.

(Доктор выносит корзину с яблоками)

Я дарю вам эти витамины. Кто кушает витамины, тот тоже будет здоровым!

Ведущий. Спасибо за яблоки, мы обязательно угостимся с ребятами в группе!

Доктор: Не забудьте помыть руки! До свидания!

Все. До свидания!

Дети с воспитателями организованно выходят из зала.