Развлечение

«Быть здоровым хорошо»

**Цель:** Учить детей заботится о своем здоровье.

**Программное содержание:**

1. Образовательная: дать понятие о том, что такое здоровье, и что нужно

делать для того, чтобы быть здоровым.

2. Воспитательная: воспитывать отзывчивость, желание помочь.

3. Развивающая: развивать внимание, мышление, память.

**Предварительная работа:** чтение потешек, рассматривание иллюстраций.

**Оборудование**: Кукла домовёнок Кузя, мешочек с предметами личной гигиены (мыло, полотенце, расческа, зубная паста) муляжи овощи, фрукты, конфеты, шоколад.

**Ход занятия:**

Воспитатель: Что такое здравствуй? – лучшее из слов

Потому что здравствуй – значит будь здоров.

Ребята, сегодня к нам пришли гости. Давайте поздороваемся и пожелаем всем здоровья.

Воспитатель: Мы погладим

Нос и щечки (гладят нос и щечки)

Разотрем сильней ладошки (растирают ладошки)

А теперь похлопаем (хлопают в ладошки)

Ушки мы теперь потрем (потирают ушки)

И здоровье сбережем!

Воспитатель: (кашляет) - Дети, кто это кашляет, вы здоровы?

Дети: Да!

Воспитатель: Вот кто кашлял, кто это дети? (достаёт домовёнка Кузю)

К нам пришёл гость, его зовут Кузя.

Воспитатель: (меняя голос) - Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуй, Кузя!

Воспитатель: Кузя мне сказал, что он заболел. Как вы думаете, от чего он мог заболеть?

Дети: Кузя заболел потому что… (перечисляют разные причины)

Ответы детей: (Кузя не делал зарядку по утрам, не мыл руки перед едой)

Кузя: Ребята, а что это значит быть здоровым? Здоровый человек, он какой?

Дети: Весёлый, бодрый, радостный.

Воспитатель: А когда человек болеет, то каким становится? Дети: Грустным, слабым, плаксивым.

Кузя: Я не знаю, что нужно делать, чтобы не болеть?

Воспитатель: Дети, а вы знаете что нужно делать, чтобы быть здоровым? Расскажем Кузе, что же нужно делать? С чего начинается наш день в детском саду? Дети: С зарядки.

Кузя: А что это?

Воспитатель: Давайте покажем Кузе, как мы делаем зарядку?

Физкультминутка: Делаем зарядку. (Ходьба на месте)

Очень нравится нам делать по порядку:

Весело шагать, (Ходьба)

Руки поднимать, (Руки вверх)

Приседать и вставать, (Приседание 4-6 раз.)

Прыгать и скакать. (10 прыжков.)

Воспитатель: Молодцы, ребята! Так дружно мы позанимались и стали здоровее! Кузя, тебе понравилось?

Кузя: Да, это было так здорово! Теперь я каждый день буду делать зарядку!

Какие вы все красивые, нарядные! А я вот, лохматый. У меня нет расчески. Дайте, пожалуйста, мне свою расческу, что бы я тоже стал красивым.

Воспитатель: Ой, ребята, а разве можно давать свою расческу кому-нибудь? Дети: Нет!

Воспитатель: А почему?

Дети: (каждый говорит по очереди) Потому что это предмет личной гигиены, а значит, им может пользоваться только один человек. Такие предметы должны быть у каждого свои. А если не соблюдать эти правила, то можно заболеть.

Воспитатель: Ребята, давайте поиграем с вами в игру «Чудесный мешочек» и расскажем Кузе, какие еще бывают предметы личной гигиены (загадать загадку, достать предмет и обговорить)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. (Расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

Лег в карман и караулю:

Рёву, плаксу и грязнулю,

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос! (Носовой платок)

Воспитатель: Ребята, давайте подарим Кузе расческу.

Кузя: Я так рад, спасибо большое!

Воспитатель: Кузя, ты запомнил, какие бывают предметы личной гигиены? Теперь ты сможешь соблюдать все правила, будешь красивым и здоровым.

Кузя: Да!

Воспитатель: Ребята, а чтобы не болеть и быть здоровым, можно еще делать массаж.

Давайте сделаем все вместе.

Лобик мыли? Щечки мыли?

Ушки мыли? Ручки мыли?

Все помыли? Чистые теперь!

Открывать к здоровью дверь!

Воспитатель: Ребята, а что еще необходимо для того, чтобы быть здоровым? Соблюдать правила личной гигиены, заниматься физкультурой, гулять на свежем воздухе, а еще?

Дети: Есть витамины.

Воспитатель: Совершенно верно, это значит надо есть полезную пищу, богатую витаминами. Посмотрите, на столе стоит корзина с разными продуктами. Давайте соберем для Кузи гостинцы полезные для здоровья.

Игра «Что лишнее?» (В корзине лежат муляжи овощей, фруктов, шоколад, конфеты) Дети собирают в корзину овощи и фрукты.

Воспитатель: Кузя, посмотри сколько гостинцев приготовили для тебя ребята! Всё это полезно для здоровья. Ешь и никогда не болей!

Кузя: Спасибо большое, ребята. Я узнал, что нужно делать, чтобы не болеть.

Воспитатель: Мы помогли Кузе и рассказали , что нужно делать, что бы сохранить здоровье.

А теперь, давайте прощаться с Кузей.

Воспитатель: Васильева С.И.

Средняя группа