

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Поярковский детский сад № 2 «Амурчонок»

Развлечение в средней группе "Вместе с Карлсоном за здоровьем"



Воспитатель:

Копылова Наталья Ивановна:

Цели:

- ✓ формировать первичные представления о здоровом образе жизни;
- ✓ закреплять культурно- гигиенические навыки (мыть регулярно руки с мылом, использовать носовой платок, закрывать рот при чихании и кашле, тщательно пережёвывать пищу);
- ✓ закреплять знания о полезных и вредных продуктах;
- ✓ улучшить эмоциональный настрой.

Материалы:

- Карлсон (*взрослый в костюме Карлсона*); иллюстрации детей, занимающихся разными видами спорта; конфеты, напиток кока-кола; картинки изображающие разные продукты (*количество, превышающее количество детей*); музыкальное сопровождение: песня «Солнышко лучистое любит скакать», песня «Вечный двигатель» (группа «Непоседы»).
- Мультфильм «Лунтик», серия «Невидимая грязь»; ноутбук, проектор; новая зубная щётка.

❖ Ход досуга

Воспитатель: Ребята, я приготовила для вас очень много интересных картин. Вы хотите их посмотреть.

Дети вместе с воспитателем рассматривают картинки с изображением детей, занимающихся разными видами спорта. Педагог даёт детям возможность высказать свои мысли, помогая вопросами:

- Кто это? Что они делают?
- Как вы думаете, им нравится заниматься спортом?
- Зачем ребята занимаются спортом?
- А вы хотите быть здоровыми и сильными? (Ответы детей)
-

Приходит Карлсон.

Карлсон: Здравствуйте, ребята! Вы узнали меня? Да я Карлсон, я мужчина в полном расцвете сил! А что вы делаете, чем тут занимаетесь таким интересным делом. (*ответы детей*).

Воспитатель: Карлсон мы с ребятами рассматриваем картинки.

Карлсон: Ой какие интересные картинки! А чем это дети занимаются? А зачем? (*ответ детей*)

Карлсон: Я тоже хочу быть здоровым и красивым, а вы? Я вас научу! Полетели со мной на крышу!

Дети «летят» (руки в стороны) за Карлсоном под музыку «Вечный двигатель». Делают 1-2 круга.

Карлсон: Уф, ребята я так устал. Сил больше нет. Надо бы отдохнуть.
(ложится на ковёр. Дети смотрят и не знают, что делать)

Воспитатель: Ребята посмотрите что-то наш друг совсем слабенький, быстро устаёт. Как ему помочь? *(ответы детей)*

Воспитатель: Карлсон, чтобы быть сильным и выносливым, надо каждый день делать зарядку по утрам и не лениться. Вот мы с ребятами умеем делать весёлую зарядку, если хочешь, и тебя научим. Правда ребята научим как надо делать зарядку.

Дети помогают Карлсону подняться и все вместе выполняют весёлую зарядку под песенку «Солнышко лучистое любит скакать».

Карлсон: А мне понравилось теперь ребята я всегда буду делать по утрам зарядку. - Ну теперь пора мне подкрепиться *(начинает есть яблоко).*

Воспитатель: Подожди- подожди, Карлсон, а ты разве руки помыл?

Карлсон: Нет, а зачем их мыть, они и так у меня чистые.

Воспитатель: А яблоко у тебя чистое? Ты его помыл?

Карлсон: Нет, я не люблю руки мыть, а яблоко и так чистое вот посмотрите сами. *(яблоко, испачканное)*

Воспитатель: Ребята, расскажите Карлсону, зачем надо мыть руки и овощи с фруктами *(ответы детей)*

Давай уберем пока твоё яблоко в сторону, посмотрим мультфильм о Лунтике и узнаем, почему надо мыть руки и фрукты.

Дети с Карлсоном смотрят мультфильм «Невидимая грязь»

Воспитатель: Вот какие микробы Карлсон на руках, на овощах и фруктах, если их не мыть. Из-за них можно заболеть. Они маленькие, их просто так не увидишь. Вот почему надо мыть руки и фрукты. Давайте, ребята, покажем, как мы умываемся.

➤ *Физкультминутка*

Кран, откройся! Нос, умойся! Мойтись сразу, Оба глаза! Мойтись, уши, Мойся, шейка! Шейка, мойся хорошенько! Мойся, мойся, Обливайся! Грязь, смывайся! Грязь, смывайся!!!
(дети имитируют умывания).

Карлсон: Я теперь понял: надо мыть руки, мыть фрукты и овощи. Спасибо, что научили меня.

Воспитатель: Молодец Карлсон теперь ты всегда будешь мыть руки, и фрукты.

Карлсон: Ну, теперь можно полакомиться! Посмотрите, какая у меня вкуснятина есть! *(показывает напиток соса-sola и конфеты.)*

Воспитатель: Нет –нет- нет, это вредно есть!

Карлсон: Неправда, это очень вкусно и полезно. Правда ребята? Это такая вкуснятина.

Воспитатель: Карлсон Я сейчас тебе и ребятам покажу, что происходит у вас в животе, когда вы это едите и пьёте.

Дети с Карлсоном подходят к столу. Воспитатель кладет в бутылку с напитком конфету. Должна появиться обильная пена. Воспитатель даёт детям возможность выразить свои эмоции. Карлсон охает и удивляется.

Карлсон: Вот это да! Бедный мой животик! *(гладит свой живот).* А я и не знал, что может происходить у меня так в животе.

Воспитатель: Вы представляете, как вашему желудку тяжело? Эти продукты очень вредные. Нельзя есть много сладкого, вредны для здоровья чипсы и сухарики. Ребята, а вы знаете, какие есть полезные продукты? *(ответ детей)*

Воспитатель: Да, полезно для здоровья есть фрукты, овощи, молочные продукты, рыбу, мясо.

Карлсон: Давайте проверим, как вы запомнили, какие продукты полезные, а какие нет. Поиграем в игру.

➤ *Игра «Купи полезные продукты»*

Надо под музыку собрать в продуктовую корзинку карточки, на которых нарисованы полезные продукты. Когда музыка закончится, мы проверим, что лежит в корзинке. После игры проверяем, правильно ли сделали выбор.

Воспитатель: Вот мы и купили полезные продукты, поели. Что надо делать после еды?

Карлсон: После вкусного обеда полагается поспать!

Воспитатель: Карлсон, надо после еды рот прополоскать, а зубы надо чистить два раза в день.

Карлсон: Зачем ещё зубы-то чистить? Мы же руки помыли, фрукты и овощи помыли, еда чистая же! Правда, ребята? *(ответы детей).*

Воспитатель подтверждает правильный ответ ребёнка или нескольких детей.

Воспитатель: Да, потому что между зубами после еды находятся остатки пищи, их не убрать, там скапливаются вредные микробы, которые, как вы уже знаете, могут навредить нашему здоровью. А зубная паста помогает укреплять зубы

Карлсон: Ладно, ребята я все понял, теперь буду я всегда зубы чистить, не хочу я микробам помогать!

Воспитатель: Молодец, а вы, ребята, чистите зубы дома? Покажите, как вы это делаете.

Дети имитируют движения зубной щёткой.

Воспитатель: Ребята, давайте подарим Карлсону новую и красивую зубную щётку, чтобы он не забывал чистить зубы.

Дети дарят зубную щётку.

Карлсон: Ух ты! Спасибо! Ого какая она красивая.

Карлсон: Спасибо, ребята, вы меня многому научили, теперь я все знаю, благодаря вам. А вы знаете, я пришёл не с пустыми руками (*достает фрукты*). Это волшебные фрукты значит, полезны для здоровья.

Карлсон: Жаль, но мне пора прощаться. Полечу к Малышу, и все ему расскажу, чему вы меня научили. До свидания ребята!

Воспитатель и дети: До свидания, прилетай к нам ещё!

Воспитатель: Что нового вы сегодня узнали, ребята? Что больше всего понравилось?

бокс



теннис



стрельба из лука



карате



прыжки на лыжах



настольный теннис



бег



прыжки с шестом



баскетбол



плавание



тяжёлая атлетика



фехтование





<http://www.liveinternet.ru/users/ksu11111/>