ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

Управление образования Администрации Ленинского района

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное**

**учреждение - детский сад № 419**

**(МБДОУ – детский сад № 419)**

ул. Фурманова, 21 г. Екатеринбург, Свердловская обл., 620142, ОГРН 1069671010584,

ИНН/КПП 6671184692/667101001, тел:+7(343) 257-12-35, e-mail: [detsad419@mail.ru](mailto:detsad419@mail.ru), [www.419.tvoysadik.ru](http://www.419.tvoysadik.ru)

**Развлечение**

**«Путешествие в страну Здоровья»**

**Цель:** формирование у детей навыков здорового образа жизни.  
**Задачи:**

*Познавательное развитие*

* Уточнить представления детей о том, что такое здоровье и как его сберечь;
* Воспитывать стремление заботиться о своем здоровье;
* Развивать навыки чистоты и личной гигиены.

Развитие речи

* Развивать познавательный интерес, память, мышление, речь, умение отвечать на вопросы, активизировать словарь по данной теме;
* Уточнить понятие слова -АНАТОМИЯ.

Физическая культура

* Вызвать желание вести активный образ жизни;
* Формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни; учить детей заботится о своем здоровье;
* Воспитывать интерес к здоровому образу жизни;
* Способствовать формированию потребности в двигательной активности, развивать общую и мелкую моторику.

**Тип и форма занятия.** Интегрированное, нетрадиционное (занятие-путешествие)

**Оборудование:** проектор и экран для презентации, музыкальный центр

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята!

***Дети здороваются****.* А как вы думаете, что означает слово "Здравствуйте"?  
**Дети:** Мы желаем ему здоровья!  
**Ведущий.** А что такое здоровье?  
***Ответы детей.***  
**Ведущий.** Сегодня я хочу пригласить вас в путешествие по стране здоровья. Вы готовы со мной путешествовать?  
**Дети**: Да!  
**Ведущий.**Тогда отправляемся в путь. Занимайте свои места в нашем веселом поезде.

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра**  
*Дети встают друг за другом "паровозиком", ведущий впереди, идут друг за другом по залу, меняют направление (по кругу, змейкой, каждая группа свой паровоз). Останавливаются с окончанием музыкального фрагмента.*

**Ведущий.**  Станция «Спортивная»!  
Чтобы быть здоровым, с чего надо начинать свой день?  
**Дети:** С зарядки!  
**Ведущий.** Становитесь по порядку на веселую зарядку!  
**Танец по показу «Веселая зарядка»**

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра**  
**Ведущий.** Едем дальше!  
*Дети "паровозиком" едут дальше.*  
**Ведущий.**  Станция «Чистота-залог здоровья»! *(дети садятся)*

**Ведущий.** Ребята, а кто знает, кто это или что это такое?

*Ответы детей.*

**Ведущий.** Правильно-это микробы

Микроб – это очень опасный злодей!  
Не жалко ему ни зверей, ни людей.  
Всех страшных болезней причина – микроб!  
А разглядишь его лишь в микроскоп!  
А как вы думаете, что нравится микробам?  
*(ответы детей)*  
Микробы любят:  
Когда пол давно не мыт, пыль везде клубится,  
Игрушки с пола убирать вы будете лениться,  
Когда никто не моет рук, и чистых нет рубашек,  
И ловит сонных мух паук среди немытых чашек.  
Вот видите, ребята, микробам очень легко поселиться у вас дома, и тогда –  
От всех болезней будем кашлять и чихать,  
И гулять совсем не пустят, и с друзьями поиграть.  
Но что же делать, как мы будем бороться с микробами?  
Может, громче всех кричать и в ладоши хлопать?  
Или высунуть язык, и ногами топать?  
И тогда микроб решит – в стране землетрясенье,  
И на улицу сбежит, чтоб найти спасенье.  
Можно так бороться с микробами? Да, я просто пошутил.  
А как же с ними бороться? *(ответы детей)*

**Ведущий**. Ребята, а давайте мы с вами проведем эксперемент

**Эксперимент мыло и микробы**

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра  
Ведущий.**Едем дальше!

**Ведущий.** Станция «Витаминная»! *(дети садятся)* Ребята, а для чего нужны витамины? *Ответы детей (Чтобы укреплялся наш организм, было крепкое здоровье).*

**Ведущий.** Правильно, витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов.

Витамин А, очень важен для зрения. Рассмотрите картинки и расскажите, в каких продуктах содержится витамин А. *(Ответы детей).*

Правильно - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Витамин А, очень важен для зрения.

Витамин В помогает сердцу хорошо работать, дает энергию нашему организму. Рассмотрите картинки и назовите продукты, в которых есть витамин В. *(Ответы детей).*

Правильно - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох.

Витамин С укрепляет весь организм, защищает от простуды. Если все – таки простудился, то с его помощью можно быстрее выздороветь. Рассмотрите картинки. Назовите продукты, в которых есть витамин С. *(Ответы детей).*

Верно цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина.

Витамин Д укрепляет наши косточки. Назовите продукты, в которых есть витамин Д. *(Ответы детей).*

Совершенно верно, солнце, рыбий жир, молоко, сыр, творог, яйца, рыба.

Теперь вы поняли, насколько полезны эти продукты. Тогда проверим ваши знания. Предлагаю вам поиграть в игру «Совершенно верно!» Я зачитываю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!» А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить

Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4. Нет полезнее продуктов — вкусных овощей и фруктов.

И Сереже и Ирине всем полезны витамины.

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти.

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра  
Ведущий.**Едем дальше!

**Ведущий.** Станция «Анатомия»! *(дети садятся****)***

Вы знаете, что означает слово «АНАТОМИЯ»? (Рассуждение детей)

**Ведущий.** это **наука**, изучающая человека и человеческое **тело** с нормативной и патологической точек зрения. Анатомия — базовый раздел биологического **знания**: она занимается изучение организма человека. При этом, анатомией изучается не только внешнее строение человеческого организма, но и внутреннее сочетание органов и систем органов между собой.

**Ведущий.**Сейчас и проверим, как вы знаете свое тело.

1. Назови орган слуха. (уши)

2. На ночь два оконца

Сами закрываются.

А с восходом солнца

Сами открываются. (глаза)

3. Чего у тебя по пять? (пальцев)

4. Всегда во рту, а не проглотишь. (язык)

5. Ношу их много лет, а счета не знаю. (волосы)

6. Самая верхняя часть тела. (голова)

7. Настя весело бежит к речке по дорожке,

А для этого нужны нашей Насте…(ножки)

8. День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратиться этот стук. (сердце)

9. Вот гора, а у горы -

Две глубокие норы,

В этих норах воздух бродит,

То заходит, то выходит. (нос)

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра  
Ведущий.**Едем дальше!

**Ведущий.** Станция «Чемпион»! *(дети садятся****)***

А что еще главное для того что бы мы были здоровыми, крепкими и смелыми? (*Ответы детей)*

**Ведущий.** Правильно, нужно заниматься спортом. А какие виды спорта вы знаете мы сейчас проверим. Слушаем внимательно загадки

Два кольца, площадка, мяч.   
На очередной свой матч   
Собрались из разных школ   
Мы, сразиться в... *баскетбол*

От ладони без оглядки   
Через сетку для посадки   
На, чужой команды, пол   
Мяч летит, то... *волейбол*

На льду танцует фигурист,  
Кружится, как осенний лист.  
Он исполняет пируэт  
Потом двойной тулуп… Ах, нет!  
Не в шубе он, легко одет.  
И вот на льду теперь дуэт.   
Эх, хорошо катаются!  
Зал затаил дыхание.  
Вид спорта называется… *фигурное катание*

Инсайд, голкипер, стоппер, бек,   
А также форвард и хавбек   
Играют, забивая гол   
В известной всем игре... *футбол*

На квадратиках доски  
Короли свели полки.  
Нет для боя у полков  
Ни патронов, ни штыков…. *Шахматы*

Я спешу на тренировку,  
В кимоно сражаюсь ловко.  
Чёрный пояс нужен мне,  
Ведь люблю я … *каратэ*

Там в латах все на ледяной площадке  
Сражаются, сцепились в острой схватке.  
Болельщики кричат: «Сильнее бей!»  
Поверь, не драка это, а — ... *хоккей.*

Лента, мяч, бревно и брусья,  
Кольца с ними рядом.  
Перечислить не берусь я  
Множество снарядов.  
Красоту и пластику  
Дарит нам... *гимнастика*

**Игра «Самый внимательный»** (Человечек в движении)

**Паровозик. Музыкальное сопровождение Баловня «Паровозик» - танец игра  
Ведущий.**Едем дальше!

Вот и мы приехали обратно в детский сад.

**1 ребенок** Я люблю семь правил ЗОЖ  
 Ведь без них не проживешь!  
  
**2 ребенок** Для здоровья и порядка  
 Начинайте день с зарядки.  
 Вы не ешьте мясо в тесте,  
 Будет талия на месте.  
  
**3 ребенок** Долго, долго, долго спал-  
 Это недугов сигнал.  
 Закаляйтесь, упражняйтесь  
 И хандре не поддавайтесь.  
  
**4 ребенок** Спорт и фрукты я люблю,  
 Тем здоровье берегу.  
 Все режимы соблюдаю,  
 И болезней я не знаю.  
  
**5 ребенок** Много на ночь есть не буду,  
 Я фигуру берегу.  
 Не курю я и не пью,  
 Я здоровым быть хочу.  
  
**6 ребенок** Я купаюсь, обливаюсь:  
 Ясно всем, что закаляюсь,  
 Я отбросил много бед-  
 Укрепил иммунитет.  
  
**7 ребенок** Ешьте яблоки и груши,   
 Ваша кожа будет лучше.  
 Съешьте вы еще лимон,  
 Усвоить кальций поможет он.  
  
**8 ребенок** Я активно отдыхаю   
 И здоровье укрепляю,   
 Ни на что не сетую,   
 Что и я вам советую.

**9 ребенок** Я и в шахматы играю:  
 Интеллект свой развиваю.  
 Встану я и на «дорожку»:  
 Сброшу вес еще немножко  
  
**10 ребенок** Вы питайтесь пять раз в сутки,  
 Не будет тяжести в желудке,  
 Пейте с медом молоко  
 И заснете вы легко.  
  
**11 ребенок** Отдыхать- не значит спать  
 Езжай на дачу покопать,  
 Когда вернешься ты домой,   
 Прими душ и песню спой:  
  
**1 ребенок** От того я так хорош,  
Что люблю семь правил ЗОЖ.

- Молодцы ребята!!! Устали? Какое у вас настроение осталось после нашего занятия? Давайте друг другу улыбнемся и пойдем в группу.