**Сценарий познавательного досуга по теме: «Если хочешь быть здоров»**

Подготовила музыкальный руководитель Синельникова Э.В.

**Цель:** Формировать положительное отношение к гигиене, потребность в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:** Создать условия для реализации знаний о здоровом образе жизни в практике; Систематизировать знания детей о средствах личной гигиены;

Закрепить с детьми элементарные способы закаливания, режимные моменты.

**Развивающие**: Развивать мышление и сообразительность; Развивать связную речь

**Воспитательные**: Воспитывать у детей стремление быть здоровым;

Воспитывать доброжелательные отношения к сверстникам;

Воспитывать коммуникативные навыки: вступать в контакт с помощью улыбки, действовать сообща.

**Оборудование:**

Магнитофон, игрушка –пчелка Майя ; план – схема маршрута, карточки с культурно — гигиеническими принадлежностями, плакат- распорядка дня, спортивный инвентарь- ведра, кружки, вода, корзина фруктов.

**Участники** : Воспитатели групп № 4,3,5,7

Музыкальный руководитель, руководитель физкультуры, дети групп.

**Муз рук:**  Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами собрались на праздник Здоровья. Будьте здоровы**.** Вотя пожелала вам здоровье, а вы мне.  **Дети** : Будьте здоровы. **Муз рук :** А теперь давайте пожелаем здоровье ребятам из другой группы. **Все :** Будьте здоровы.

**Коммуникативная игра «Здравствуйте»** **Задача:** Ребята распевают слова – Здравствуйте , ребята **Ответ:** Здравствуйте.

**Муз рук :** Молодцы, ребята! Ой, ребят, а вы ничего не слышали? Кто-то в гости к нам торопится. Да это же Пчелка – Майя к нам прилетела .: Здравствуйте ребята, ЖЖЖЖЖ. ( облетает ребят).Всех ребяток я люблю, и ребят я за жуж-жу.ЖУЖУ

**Пчелка Майя:** Я хочу вступить в общество «Будь здоров». В него могут войти только те, кто дружит с физкультурой, мылом, зубной щеткой, мочалкой, зарядкой.

**Муз рук :** А как нам вступить в это общество?

**Пчелка Майя:** Нужно победить на всех станциях , которые указаны в маршрутной карте.

**Муз рук:** Так мы что, отправимся в путешествие ? **Майя** : - Да

**Муз рук:** Ура! Давайте посмотрим наши маршруты (Рассматривают маршрут).

**Станции: ( заранее развесить на территориях эти названия, можно с картинками)**  «Друзья Мойдодыра»., «Закаливание», «Движение – это жизнь».

«Распорядок дня», «Настроение».

**Муз рук:** Как здорово продумано наше путешествие. Ребята, вы любите спорт? Давайте мы все отправиться в путешествие пешком.

**Дети:** Согласны.

**Майя:** А я Вас всех буду ждать на полянке Хорошее настроение

**Муз рук**: Ребята, до 1 станции – марш змейкой

**Станция 1 «Друзья Мойдодыра»**

**Воспитатель: Вот мы и прибыли на 1станцию.** У человека много помощников, чтобы быть опрятным и здоровым. А какие помощники у Мойдодыра?

**Отгадайте загадки:**

- Ускользает как живое, Очень юркое такое.

Белой пеной пенится, Руки мыть не ленится. ( мыло)

- Хожу-брожу не по лесам, А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней, Чем у волков и медведей. ( расческа)

- Костяная спинка, Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит, Нам усердно служит. ( зубная Щетка )

- После бани помогаю, промокаю, вытираю. Пушистое, махровое, чистое, новое. ( полотенце)

- Не смотрел в окошко - Был один Антошка.

Посмотрел в окошко - Там второй Антошка.

Что это за окошко, Куда смотрел Антошка? ( зеркало)

- Чтобы чистым быть всегда, Людям всем нужна ( вода)

- Резинка Акулинка Пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла, Спинка розовою стала. ( мочалка)

- Чтобы волосы блестели и красивый вид имели,

чтоб сверкали чистотой, мною их скорей помой. ( шампунь)

 **ИГРА**

Сейчас мы поиграем с вами в игру , где нужно выбрать предметы, которые можно назвать «Друзьями Мойдодыра». ( мыло, щетка, кран, душ, шампунь, зубная паста, полотенце, тазик, ванночка, мочалка)

Задача: Предметы лежат в корзине . По команде дети достают нужные предметы и выстраиваются по линеечке . Проверка предметов . Воспитатель: Какие вы молодцы!

**Сейчас нас ждет следующая станция 2 « Закаливание» .** ( территория входа) . На эту станцию мы отправимся и нам нужно будет перепрыгивать через дорожки ( спортивные палки лежат по дорожке)

Ребята, а кого мы с Вами видим на этой станции? Да это же Грязнулька (ребенок 7 гр ) взлохмаченный с грязными руками с пятнами на лице.

**Грязнуля:**

Одеяло убежало, Улетела простыня, И подушка как лягушка, Ускакала от меня.

**Воспитатель:** Мальчик только носик мочит – умываться он не хочет Как ребята, называется, тот, кто плохо умывается?

Дети: грязнулька.

Грязнуля (рассматривает себя) Я всегда таким ходил

**Воспитатель:** Ой ой ой.

Ну – ка дайте мыло нам ( влажными салфетками)

**Дети моют Грязнулю.**

Моем, моем трубочиста Чисто, чисто, чисто, чисто

Будет, будет трубочист Чист, чист, чист, чист.

Воспитатель: Ребята, больше не осталось у нас грязнуль? (Нет.)

А как тебя зовут, мальчик? Мальчик: Меня зовут ………..!

**Воспитатель:** Сейчас мы поможем тебе , полюбить воду. Поиграй с нами. **И поиграем в игру «Перенеси воду»**

**Воспитатель:** Ну что , Грязнулька, не боишься ты теперь воды? Будешь умываться?

Дети в 2х командах переносят воду ( можно маленькими кружечками). Задача : Кто больше? ( 4 ведра и 2 кружки- атрибутика, 1 пачка влажных салфеток)

Давайте вместе скажем, что «Солнце, воздух и вода… наши лучшие друзья».

Запомнил Грязнулька, повтори. Молодец.!!!

**Воспитатель: Нас ждет станция 3 « Движение – это жизнь» ( леснечная площадка). Дети идут высоким шагом Дети громко проговаривают слова :** Ловкие , умелые, все ребята смелые.

**Физ рук:**  Если каждый день заниматься физкультурой – это оградит человека от болезней и преждевременной старости. Двигаться, играть, лазать, ползать любят не только дети, но и звери. Сейчас мы с вами поиграем **в игру «Ловкие обезьянки».**

Молодцы, ребята , а мы по лесенке пройдем , сильными мы быть начнем.

**ХОДЬБА ПО ЛЕСЕНКЕ**

Задача : Ребята с помощью воспитателя , проходят препятствия на спортивной лестнице .

 **Воспитатель: Нас ждет станция 4 « Режим дня» .**

На эту станцию мы будем бежать маленькими шажками

**Воспитатель:** Ребята, а как вы думаете, чтобы хорошо учиться, отдыхать, заниматься интересными делами, что нужно соблюдать? (Режим дня.)

Воспитатель знакомит детей с картинками режимных моментов. Подойдите ко мне и выберете себе первоочередное правило, с чего нужно начинать день.

**Игра «Что сначала, что потом?»** **Детям предлагается посмотреть картину « Режимные моменты»**

**(заранее повесить на площадке)**

( сон, обед, игры на улице, садить цветы, зарядка)

**Воспитатель**: Правильно .Нужно начинать день с зарядки .

**Хором:** (показывают движения) К солнцу руки поднимаем Дружно весело шагаем. Приседаем и встаем И ничуть не устаем.

Нас …..сейчас научит делать зарядку. Вы готовы? Дети под музыку делают зарядку.

 **ЗАРЯДКА ( ребенок со старшей группы показывает движения или физрук )**

**Воспитатель: Следующая станция 5 « Настроение»**

До 5 станции – шагом, марш.

Воспитатель: Интересно, а почему эта станция так называется «Настроение»?

**Дети** : Потому что у людей, которые здесь живут все хорошо, им весело.

**Воспитатель:** А теперь пусть **Майя** угадает наше настроение. Ребята, покажем **Пчелке**  свое настроение? У меня хорошее настроение я вам улыбаюсь. У Олеси печальное, Насти бодрое, а у Леши радостное.

**Пчелка** : А какое у меня настроение? (Показывает мимикой.) – веселое

**Воспитатель:** Ребята, мы Вами прошли все станции и впереди нас ожидает веселый танец. Так чего же мы ждем, становитесь в ряд друг за дружкой!!!

**Под музыку дети танцуют танец**

 **ФЛЕШМОБ ( музыкальный руководитель)**

**( 1 группа в центре –** с яркой мишурой танцуют **, 2 гр –** вокруг всех – хлопают)

**Воспитатель:** Что нужно делать, чтобы быть здоровым?

**Дети:** Соблюдать правила гигиены, чистить зубы, полоскать рот, мыть руки с мылом. Отдых и сон, закаливание, прогулки на свежем воздухе. Делать зарядку и заниматься спортом.

**Воспитатель**: Ребята, а ЭТО что? ,**Пчелка Майя** для вас принесла сюрприз. Это корзина, посмотрим что внутри? Это же витамины,

**Воспитатель:** Чтобы всем здоровым быть .Витамины нужно пить.

**ЯБЛОКИ , АПЕЛЬСИНЫ. ( или сок с трубочкой или коробки с соком)**

(Воспитатель вынимает фрукты и предлагает их поесть в группе .) Спасибо за угощения.

**Воспитатель:** Мы день привыкли начинать , Хорошими делами.

Кто не привык подолгу спать Встречайте утро с нами

С кем никогда не дружит лень Кто маме помогает

Вот у того хороший день Всегда, друзья, бывает.

**Воспитатель:** Спасибо, тебе , Пчелка Майя .Путешествие было интересное, правда ребята?

Но нам надо возвращаться в детский сад.

А нашим друзьям спасибо за веселый праздник