

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Аленушка» с.Усть-Чарышская Пристань

Конспект открытого развлечения по здоровому образу жизни старшей группе

**«Путешествие в страну Здоровья»**

Составила: Щербакова А.Н.

2023

**Цель:** закрепить представление у детей о здоровье.

**Задачи:** 1. Расширять представления о здоровье и факторах, влияющих на здоровье.

2. Продолжать воспитывать заботливое отношение к своему здоровью (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

3. Создать атмосферу эмоционального благополучия, желание участвовать в развлечении.

**Оборудование:** проектор и экран для презентации.

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята! *Дети здороваются.*

«Здравствуйте! – ты скажешь человеку

Здравствуй! – улыбнется он в ответ

И наверно не пойдет в аптеку.

И здоровым будет много лет.

А как вы думаете, что означает слово "Здравствуйте"?

**Дети:** Мы желаем ему здоровья!

**Ведущий.** А что такое здоровье?

*Ответы детей.*

**Ведущий.** Ребята, а вы любите путешествовать.

**Дети:** Да!

**Ведущий.** Мы отправляемся в путешествие страну здоровья.

А поможет нам найти дорогу карта.

**Ведущий.** Тогда отправляемся в путь. Но чтобы попасть на первую станцию нужно произнести волшебные слова

«Вокруг себя обернись 1,2,3 и в стране здоровья окажись»

**Ведущий.** Остановка! Станция «Зарядка»!

**Ведущий.** Становитесь по порядку на веселую зарядку!

**Танец по показу «Солнышко лучистое»**

**Ведущий.** Ребята, посмотрите на карту. Какая следующая остановка. ( Дети называют станцию) Но чтобы нам дойти до следующей станции надо пройти переправу **Эстафета. « Переправа».**

Пройти по бревну приставным шагом и пройти змейкой вокруг пенечков.

*Дети проходят переправу.*

**Ведущий.** Станция «Школа чистоты»! (*дети садятся*)

*Детей встречает доктор Чистюлькин.*

**Чистюлькин:** Здравствуйте, ребята! Рад вас видеть в моей стране чистоты!

. Я хочу рассказать вам как чистота помогает сохранить здоровье. Скажите ,ребята для чего мы моем руки? ( чтоб не было микробов)

скажите-ка мне, кто такие микробы? (*ответы детей*)

Микробы очень маленькие и живые, мы их не видим. Они попадают в наш организм и вызывают болезнь. Микробы живут в грязном теле. Как вы думаете, чего боятся микробы?

- Правильно, микробы боятся мыла и воды.

- Как же защититься от микробов?

Не есть и не пить на улице,

Есть только мытые овощи и фрукты,

Есть только из чистой посуды,

Когда чихаешь или кашляешь закрывать нос и рот платком.

-Совершенно верно.

А вы знаете, как платок защищает наш организм от микробов? Давайте сделаем опыт. Проходите в мою лабораторию.

***Опыт с носовым платком.***

Каждый ребенок берет со стола по салфетке и кладет ее на ладонь.

Воспитатель брызжет на салфетку водой. Салфетка впитала воду, и рука осталась сухая.

Дети убирают салфетку с руки и воспитатель снова брызжет. Рука намочка.

Капли воды - это микробы, а салфетка – носовой платок.

Посмотрим, как заботится Мишка и Машенька о чистоте!

**«Песня о чистоте»**

Но чисто должно быть не только в вашем доме, но и везде!

Чтобы было хорошо, чисто на планете,

Я даю рецепт такой, взрослые и дети:

Мусор в урну ты бросай, где попало, не кидай,

Цветы не срывай, кусты не ломай,

Птиц и зверей не обижай!

Вот теперь, когда вы прошли урок в школе Чистоты, вы стали настоящими чистюлями!

*За дверью слышится громкий плач.*

*Входит растрепанная Капризка с грязными пятнами на лице и руках, ревет*

**Ведущий:** Ты чего реवेशь, Капризка?

**Капризка:** Я чихаю, я охрипла, горлышко мое болит...

И животик ноет что-то, что такое, это грипп?

**Чистюлькин:** Ребята, почему Капризка заболела, как вы думаете? (ответы)  
Конечно! Тебя микробы одолели, вот и дышишь еле-еле.

Наверно, только носик мочишь, умываться-то не хочешь?

Как, ребята, называется тот, кто плохо умывается?

**Ответы детей:** Грязнуля, неряха.

**Капризка:** Зато я живу и бед не знаю:

Мыло в глаз не попадает.

Щётка дёсны не дерёт,

Губка мокрая не трёт.

Огурцы, морковь не мою...

**Чистюлькин:** Что же делать нам с тобою?

Нам тебя, Капризка, жалко.

Выпишу тебе лекарства, сделаю укольчик...

А какие ещё нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом тебе покажут ребята

**Эстафета «Перенеси предметы гигиены»**

*Дети делятся на команды. Напротив каждой команды у противоположной стены стоят столы, на которых находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, шампунь, игрушки) Детям необходимо по одному подбежать к своему столу, выбрать предмет гигиены и вернуться назад. Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справится со своим заданием.*

А почему другие не взяли предметы.

*Капризуля: спасибо ребята, я буду умываться чтоб самой здоровой быть.  
Досвидание.*

**Чистюлькин:** Молодцы ребята, справились, и я убедился в том, что вы все знаете предметы гигиены.

А сейчас я покажу вам мультфильм, и вы узнаете, а что же еще очень важно в борьбе с вредными микробами! Скажи микробам «нет» Азбука здоровья.

Смешарики.

**Чистюлькин:** Так что же еще нужно, чтобы победить микробов?

Правильно! Нужно проветривать помещение и больше гулять на свежем воздухе!

И тогда никакие микробы и болезни вам не страшны!

Давай посмотрим на карту какая следующая станция. Ребята, но чтобы попасть на следующую станцию надо собрать витаминки в корзинку.

## **Чистюлькин: Игра «Собери витаминки»**

Ведущий высыпает из корзины желтые маленькие мячики «витаминки». По сигналу девочки и мальчики собирают «витаминки» в свои корзины. Побеждает та команда, у которой больше «витаминок».

### **А вот и станция Витаминная.**

**Чистюлькин:** Ребята, вы знаете, какие продукты вредные и полезные для здоровья?

**Дети: (ответы)**

Давайте соберем витаминный урожай.

*«Собери витаминный урожай». (На линии старта в обруче лежат муляжи фруктов и овощей, по сигналу участники берут по одному предмету и переносят на противоположную сторону, складывают их в ёмкости для «витаминов», возвращаются, передают эстафету следующему участнику.)*

**Чистюлькин:**

Ребята, все ли мы станции прошли. Давайте посмотрим на карте.

Дети: Сундук

**Чистюлькин:**

Но чтобы найти сундук, надо пройти полосу препятствия.

(Дети прыгают из обруча в обруч, проходят по следам и рукам)

Дети проходят полосу препятствия и находят под деревом сундучок с сюрпризом (яблоки)

Чистюлькин отдает сундучок ведущей.

Ведущ.: Давайте посмотрим что же нам подарил Чистюлькин. (открывают сундук)

Вот и закончилось наше веселое путешествие.

Чистюлькин: А на прощанье, детвора, мы спляшем весело! Ура!

Танец под музыку «До, ре, ми» (Чистюлькин уходит)

Ведущая: И нам пора возвращаться в детский сад

**Ведущий:** Вот и закончилось наше веселое путешествие!

Теперь вы знаете, что нужно делать, чтобы быть здоровыми, и не болеть!

А на прощанье, детвора, мы спляшем весело! Ура!

А Нам пора возвращаться в детский сад.

«Вокруг себя обернись 1,2,3 и в детском саду окажись». Вот мы снова в садике.

**Рефлексия:** На стену вешается карта составляющими частями, которые дети прошли. Дети берут смайлики и выбирают, какая станция больше понравилась.

Ведущая:

А сейчас, ребята, пойдём поём руки и будем укреплять организм витаминами. (яблоки)



