

Досуг «Лучшее лечение-игры и развлечения» 3 и 5 группа 11.10.19г.

Цель: Формировать стремление к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Развивать сенсомоторные навыки, внимание, память, мыслительную деятельность детей и способность к умозаключениям.
2. Развивать умения самостоятельно пользоваться полученными знаниями.
3. Закрепить правила безопасного поведения.
4. Воспитывать чувство товарищества и взаимопомощи.
5. Вызывать у детей радостное, бодрое настроение.

Оборудование: эмблемы командам, мешочки здоровья, картинки «Опасные ситуации для здоровья», предметы для игры «Чем я с другом не поделюсь», оборудование для эстафеты, бочонок, воздушные шары, гуашь, влажные салфетки, ленточки, обручи, сладкий приз.

Ход занятия: Дети в музыкальном зале в спортивных формах.

Воспитатель. Здравствуйте, дорогие дети! Мы часто слышим: «Будьте здоровы», «Не болейте», «Желаю здоровья». Часто ли мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем для того, чтобы быть здоровыми? На этот вопрос нам ответят дети группы «Звездочки» и «Капельки».

Ты шагай, не зевай!

Ты шагай, ты шагай своей дорогой, не зевай.

Ты шагай, ты шагай, себе пару выбирай.

Поздоровайся ладошкой,

Поздоровайся и ножкой.

Плечиком и локотком

И конечно, язычком: - Здравствуй!

Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай

Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай

Поздоровайся головкой

Как ты делаешь все ловко!

Пальчиком и кулачком

И конечно, язычком: - Доброе утро!

Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай!

Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай

Поздоровайся макушкой

И своим красивым ушком,

Спинкой, тепленьким бочком

И конечно, язычком - Привет!

Воспитатель. Мы начинаем игру: "Как быть здоровым". Поприветствуем команды: "Витаминки" и "Улыбки". Команды представьтесь друг другу, гостям.

1. Мы - команда «Витаминки»
Мы на встречу к нам пришли.

- И смекалку и уменье
Мы с собою принесли.
2. Мы – « Улыбочки», друзья,
Нам проиграть никак нельзя.
С вами мы сразимся,
Так просто не сдадимся.

Воспитатель. Послушайте правила нашей игры: задания будут даваться командам, за каждое правильно выполненное задание вы будете получать мешочек здоровья. (показать). Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку.

Игра «Да и Нет»

- Каша – вкусная еда
Это нам полезно? (*Да*)
Лук зеленый иногда
Нам полезен дети? (*Да*)
В луже грязная вода
Нам полезна иногда? (*Нет*)
Щи – отличная еда
Это нам полезно? (*Да*)
Мухоморный суп всегда –
Это нам полезно? (*Нет*)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (*Да*)
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки? (*Нет*)
Овощей растет гряды.
Овощи полезны? (*Да*)
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (*Да*)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (*Да*)
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? (*Да*)

Воспитатель. И так, первое задание «Загадки». Загадки команде «Витаминки»

1. У двух матерей по пять сыновей. Одно имя всем. (*Руки, пальцы*)
2. Ускользает, как живое,
Но не выпущу его.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (*мыло*)
3. Стоят вместе, ходят — врозь. (*Ноги*)

Загадки команде «Улыбочки»

1. На ночь два оконца сами закрываются, а с восходом солнца сами открываются (*глаза*).
2. Лег в карман и караулит
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утрет потоки слез,
Не забудет и про нос (*носовой платок*)
3. Всегда во рту, а не проглотишь. (*Язык*.)

Воспитатель. Второе задание «Найди пару»

Перед вами карточки с опасными ситуациями для здоровья, вам необходимо объединить их в пары и объяснить, чем опасна ситуация.

Воспитатель. Наши глазки устали, отдохнем немного.

Гимнастика для глаз «Веселая неделька»

Всю неделю по порядку,

Глазки делали зарядку.

- В понедельник, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся.

- Во вторник часики глаза,

Водят взгляд туда-сюда.

- В среду в жмурки мы играем,

Крепко глазки закрываем.

1, 2, 3, 4, 5.

Будем глазки открывать.

- По четвергам мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль.

- В пятницу мы не зевали

Глаза по кругу побежали.

Остановка и опять,

В другую сторону бежать.

- Хоть в субботу выходной

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

- В воскресенье будем спать,

А потом пойдем гулять.

- Без гимнастики, друзья,

Нашим глазкам жить нельзя!

Воспитатель. А теперь конкурс-эстафета «Чем с другом нельзя делиться?»

Добежать до стола с преодолением препятствий (перешагнуть через предмет, пролезть в обруч, пройти по следам), из предложенных предметов выбрать те, с которыми нельзя делиться, они должны быть только индивидуальными. (Носовой платок, зубная щетка, расческа, полотенце, мочалка, плавки, сланцы для бассейна, и др.) и принести их своей команде.

Воспитатель. Следующее задание «Заморочки из бочки» (вопросы из бочонка задаю командам, чья команда больше ответит на вопросы, та и получит мешочек)

1. В какой стороне тела находится сердце?
2. Если вам необходимо позвонить в милицию, какой номер вы наберете?
3. Если человек сильно болен, что он принимает?
4. Какой орган тела принимает звуковые сигналы?
5. Что нужно сделать после приема пищи?
6. Какого цвета кровь?
7. Можно ли дразнить на улице собак? Почему?
8. Вы пришли в лес. Как надо себя вести? Что нельзя делать в лесу?
9. По какому номеру телефона мы звоним в «скорую помощь»?
10. У человека много друзей, но главные: солнце, воздух и...?

Воспитатель. А теперь очень интересное задание командирам команды, но и трудное «Нарисуй солнышко». Перед вами воздушные шары и гуашь, вы должны нарисовать солнышки пальчиками.

Посчитаем солнышки.

Воспитатель. Игра «Цапля»

Играющие стоят в обручах - это «цапли в домиках». В центре зала на полу разбросаны ленточки - это «лягушки». Цапли по сигналу бегут к ленточкам на одной ноге, захватывают их одной рукой и несут в домик. Побеждает та команда, кто больше всех принесет в свой домик ленточек.

Воспитатель. Подведение итогов. Посчитаем сколько мешочков у каждой команды.

Подведение итогов.

Воспитатель (в руках сундучок) Чтобы быть здоровыми, нужно здоровье укреплять с детства. В этом сундучке витамины для укрепления здоровья.

Игра «Угадай, что спрятано» Задавайте мне вопросы и угадаете, что там.

Витамины — ценные вещества,

Без них мы никуда.

Чтоб здоровым, сильным, крепким быть,

Нужно с витаминами дружить.