Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад

№ 426

Сценарий развлечения для детей младшего и среднего возраста на тему здорового образа жизни

«В гостях у доктора Пилюлькина

и доктора Айболита»

Воспитатель: Гоглачёва Е.М.

1 квалификационная категория

Инструктор по физической культуре: Кудряшова Е.Е.

1 квалификационная категория

Екатеринбург

2015

**Тема:** «В гостях у доктора Пилюлькина и доктора Айболита»

**Цель:** Закрепление знаний о здоровом образе жизни, понимание того, что занятия физкультурой, закаливание, правильное питание и соблюдение режима дня способствуют хорошему физическому развитию.

**Используемая литература:**

1. Голицина Н.С. «ОБЖ для дошкольников. Система работы»

2. «Здоровьесберегающее пространство ДОУ», сост. Крылова Н.И.

3. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье»

**Действующие лица:**

1. Доктор «Пилюлькин»

2. Доктор «Айболит»

3. Дети

4. Воспитатели

**Ход развлечения**

*В группу приходят доктор Пилюлькин и доктор Айболит, приветствуют детей. Интересуются, если больные. Представляют себя детям.*

**Доктор Пилюлькин:** *(показывая на доктора Айболита)* Это то доктор Айболит! Он под деревом сидит. Приходи к нему лечится и корова, и волчица, и жучок, и червячок, и медведица! Всех излечит, исцелит добрый доктор Айболит!

**Доктор Айболит:** *(показывая на доктора Пилюлькина)* А это доктор Пилюлькин! Он лечит маленьких детей не только таблетками, но и витаминами!

Мы очень рады видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми!

**Доктор Пилюлькин:** Дети, расскажите-ка нам, как выглядит здоровый человек?

*(Ответы детей)*

**Доктор Айболит:** А вы сегодня делали зарядку? А, что бы быть здоровым нужно обязательно по утрам делать зарядку! И мы сейчас с доктором Пилюлькиным проведём весёлую зарядку!

*(Проводится весёлая зарядка)*

**Весёлая зарядка**

Сначала бодро мы шагаем

Потом, как бабочки, летаем

Чтоб расти выше всех –

Поднимаем руки вверх!

А теперь летним днём

Мы по речке плывём.

По лужочку мы пойдём,

Цветы, ягоды найдём!

А теперь разомнём ножки

И побежим по дорожке.

Молодцы, ребетня,-

Все бодрые, здоровые – вот это да!

**Доктор Пилюлькин:** Ой! Я совсем забыл, нам пришло письмо из Простоквашино от кота Матроскина и Шарика. У них случилась беда. Заболел Дядя Фёдор.

*Письмо:*

Здравствуйте, дорогие ребятишки, девчонки и мальчишки. Решили обратиться к вам с просьбой. Может быть, вы сможете нам помочь. Случилась беда. Заболел Дядя Фёдор. Не ест, не пьёт, песенки не поёт. Не радует его ни мороженое, ни пирожное. Не знаем, чем его лечить. А вы все такие красивые, здоровенькие, и щёчки у вас розовенькие. Наверное, секрет какой-то знаете. Поделитесь с нами, как Дядю Фёдора вылечить. Только просим помочь быстрее, а то ему совсем плохо.

**Доктор Айболит:** Да, грустная история. Ребята, как вы считаете, сможем мы помочь вылечить Дядю Фёдора?

*(Выслушать ответы детей)*

**Доктор Пилюлькин:** А что же ещё помогает человеку быть здоровым, кроме таблеток и уколов?

**Доктор Айболит:** Я знаю, что нам может помочь вылечить Дядю Фёдора. Это витамины! Витамины помогают детям и взрослым быть крепкими и здоровыми. Одни витамины помогают детям расти, другие – глазам хорошо видеть, третьи – голове – хорошо думать, быть умной. А есть витамины, которые защищают нас от болезней.

**Доктор Пилюлькин:** Особенно богаты витаминами овощи и фрукты. Мы сейчас загадаем загадки об овощах и фруктах, которые содержат витамины.

**Загадки:**

1. С оранжевой кожей,

На мячик похожий,

Но в центре не пусто,

А сочно и вкусно!

*(Апельсин)*

2. Оранжевый нос в землю врос,

А зелёный хвост снаружи.

Нам зелёный хвост не нужен,

Нужен только оранжевый нос!

*(Морковь)*

3. Он почти как апельсин,

С толстой кожей, сочный,

Недостаток лишь один –

Кислый очень, очень!

*(Лимон)*

4. Он никогда и никого

Не обижал на свете.

Чего же плачут от него

И взрослые и дети?

*(Лук)*

5. Он на юге вырастал

В гроздь плоды свои собрал.

А суровою зимой

Придёт изюмом к нам домой.

*(Виноград)*

6. Что за скрип? Что за хруст?

Это что ещё за куст?

Как же быть без хруста,

Если я…

*(Капуста)*

7. Бусы красные висят

Из кустов на нас глядят,

Очень любят бусы эти

Дети, птицы и медведи.

*(Малина)*

8. Круглое, румяное,

Я расту на ветке;

Любят меня взрослые

И маленькие детки!

*(Яблоко)*

**Доктор Айболит:** Молодцы! Отлично вы справились с загадками! А теперь мы узнаем от вас, что полезно для здоровья, а что вредно.

*Проводится дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья». Если полезно дети отвечают «полезно» и хлопают в ладоши. А если вредно для здоровья дети отвечают «вредно» и топают ногами.*

**Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно для здоровья»**

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.

2. Кушать чипсы и пить газировку.

3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.

4. Гулять на свежем воздухе.

5. Гулять без шапки под дождём.

6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.

7. Делать по утрам зарядку.

8. Закаляться.

9. Поздно ложиться спать.

10. Кушать овощи и фрукты.

11. Тереть глаза грязными руками.

12. Заниматься физкультурой и спортом.

13. Смотреть близко и долго телевизор.

14. Соблюдать режим дня.

15. Грызть морковку.

**Доктор Пилюлькин:** Молодцы! Вы много знаете, как сохранить и укрепить своё здоровье! И мы хотим вам пожелать *(вместе)* Будьте здоровы!

*Доктор Пилюлькин и доктор Айболит прощаются с детьми. Желают детям расти здоровыми и крепкими. Закалятся, заниматься физкультурой и спортом. Обещают вернуться с новыми и интересными темами о здоровье.*