

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №2 "Рябинка"

Конспект развлечения в младшей группе  
На тему «Будь здоров!»

Разработала:  
Французова Н.В.  
воспитатель младшей гр.

Пошехонье 2018

## Конспект развлечения в младшей группе "Будь здоров!"

*Цель:* Способствовать воспитанию элементарных правил здорового образа жизни.

*Задачи:*

- способствовать закреплению знаний детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей, необходимости применять их в питании взрослых, детей.
- воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням
- закрепить знание о режиме дня, о способах сохранения здоровья: утренняя гимнастика, здоровая и полезная пища, прием витаминов, прогулки на свежем воздухе, двигательная активность в течение дня, соблюдение правил гигиены, крепкий сон.
- создать в группе положительную эмоциональную атмосферу, способствовать хорошему настроению.

*Предварительная подготовка:*

Ежедневная работа по оздоровлению детей в различных режимных моментах, разучивание стихотворений.

*Виды детской деятельности:* ответы на вопросы, чтение стихотворений, включение в двигательную активность.

*Материалы и оборудование:*

Девочка Маша, костюм доктора, муляжи овощей и фруктов, 2 корзины, песенка для зарядки.

*Ход ОД:*

Воспитатель: -Ребята, сегодня мы с вами поговорим о здоровье.

- Что такое здоровье?

Дети: когда человек не болеет

Воспитатель: Правильно! Здоровье – это сила, красота, когда настроение хорошее у человека и все у него получается.

Воспитатель: - Кто хочет из вас быть здоровым? Поднимите руки!

- А почему вы хотите быть здоровыми?

Дети: Чтобы не болеть!

Раздаётся стук в дверь.

Входит Маша. /кашляет, чихает/

Воспитатель: Ребята, посмотрите, а кто это к нам в гости пришел?

Дети: Маша.

Воспитатель: Давайте с ней поздороваемся /дети здороваются с Машей/.

Маша, что ты такая невеселая?

Маша: Я постоянно болею. Вот и хотела у вас узнать, что вы делаете, что никогда не болеете и весело живете?

Воспитатель: так вот, в чем дело. Мы с ребятами с удовольствием расскажем тебе и покажем, что нужно делать, чтобы не болеть. Смотри и слушай внимательно. А лучше за нами повторяй.

Ребята, с чего мы начинаем каждый наш день?

Дети: С зарядки.

Маша: С какой еще зарядки?

Воспитатель: А вот с какой, присоединяйся к нам и узнаешь.

*Зарядка под музыку.*

Воспитатель: Вот, Маша, так мы начинаем каждое утро.

Маша: Я поняла! Чтобы быть здоровым, надо делать зарядку!

Воспитатель: Но не только. Ребята, что еще нужно делать, чтобы не болеть?

Дети: Кушать полезную еду: овощи, фрукты.

Воспитатель: Давайте поиграем в игру.

*Игра "Собери овощи и фрукты"*

Участники делятся на две команды по 5-6 человек. Овощи и фрукты рассыпаются на земле. Каждой команде дают корзину. По команде ведущего под музыку одна команда собирает овощи, другая - фрукты. Затем участники каждой команды называют собранные ими овощи и фрукты

Маша: А у меня тоже есть морковка! Я ее с грядки сорвала. Сейчас съем /достаёт грязную морковь/

Воспитатель: Что ты, Маша, нельзя ее есть.

Маша: Глупости говорите, можно, она же вкусная и полезная.

Воспитатель: Ребята, а почему нельзя есть грязную морковку. Что может случиться?

Дети: Живот заболит.

Маша: Живот? Ой-ой, не хочу, чтобы животик болел. Лучше я ее дома помою и съем.

Воспитатель: Маша, а знаешь, что нужно еще делать, чтобы сохранить здоровье? Ходить на прогулку. Но прежде чем пойти, надо одеться по погоде. На прогулку выходи

Свежим воздухом дыши

Только помни при уходе

Одевайся по погоде

Воспитатель: Ребята, давайте покажем Зайке, как мы умеем одеваться.

/имитация одевания: сапоги, куртка, шапка, шарф, варежки/

А чтобы с пользой провести время на прогулке, надо поиграть, подвигаться.

Ребята, поиграем с Машей?

Холод, холод, холодок,

Не пугай ты нас, дружок,

Будем вместе дружно топтать

И в ладоши звонко хлопать.

Хлоп-хлоп, раз, два, три,

Нам не холодно, смотри.

Ну что, Маша, не замерзла?

Маша: Мне понравилось. Я всех своих друзей так научу играть.

Воспитатель: А сейчас нам пора возвращаться и раздеваться /имитация раздевания/ А что же мы делаем после прогулки?

Дети: Моем ручки с мылом.

Маша: А зачем?

Воспитатель:

Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Маша: Поняла, поняла! Я тоже теперь буду свои ручки мыть пред едой.

**Воспитатель:** А ещё мы с ребятами делаем в детском саду массаж ножек, у нас для этого есть волшебные дорожки, давайте ребята пригласим Машу пройти по нашим дорожкам (дети и Маша босиком ходят по корригирующим дорожкам).

*Стук в дверь. В зал входит Доктор.*

Доктор: Здравствуйте, ребята, а все ли вы здоровы?

Дети: Да!

Доктор: А к проверке вы готовы?

Дети: Да!

Доктор: Прошу все встать и команды выполнять:

Все дышите, не дышите

Все в порядке! Отдохните.

Вместе руки поднимите.

Превосходно! Опустите.

Наклонитесь. Разогнитесь.

Станьте прямо, улыбнитесь!

Да, осмотром я доволен, из ребят никто не болен!

Доктор: какие вы молодцы, я вижу, что вы растёте здоровыми детьми и никогда не будете болеть.

Маша: Доктор, я теперь тоже никогда болеть не буду. Ребята меня научили, что надо делать, чтобы не болеть, дали мне очень важные советы.

Доктор: Какие же это советы?

Маша: А вот какие, давайте, ребята, расскажем доктору что нужно делать, чтобы не болеть.

Дети вспоминают и называют советы.

Доктор: Очень правильные советы, молодцы, ребята! На прощание я хочу вам подарить чесночницы, их можно носить на шее, класть в них чеснок и дышать и никакие вирусы вам будут не страшны.

А теперь мне пора спешить к больным зверятам и ребятам.

Перед тем, как попрощаться, я хочу вам пожелать

Здоровья крепкого, почаще улыбаться, и никогда не унывать