***Игра - развлечение***

***« Путешествие в страну Здоровья»***

Воспитатель

ГУО «Озерская СШ»

Алешкевич Т.В

**«Путешествие в страну здоровья»**

**Цель:** способствовать формированию у учащихся бережного отношения к собственному здоровью, приемам сохранения здоровья посредством театрально-художественной деятельности.

**Задачи:**

1 формировать у учащихся необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни; учить использовать полученные знания в повседневной жизни

2 развивать навык работы в группе, способности к импровизации и творчеству.

3 воспитывать стремление к здоровому образу жизни

**Форма проведения:** игра-путешествие

Продолжительность мероприятия: 40 минут.  
Место проведения: актовый зал.  
Возраст участников: 6-7 лет  
Действующие лица: Незнайка , Мойдодыр , доктор Айболит, медведь, заяц, собака, лиса, петух, волк, участники мероприятия.

Дети входят в зал и становятся полукругом ( под музыку

ВЕДУЩИЙ - Здравствуйте ребята, я очень рада нашей встрече. Скажите, все пришли с хорошим настроением? Признавайтесь! Если кто-то вдруг забыл, не расстраивайтесь, мы его все вместе вам создадим. Я приглашаю вас, отправится в путешествие в страну «Здоровья». Ребята, вы согласны?

Стук в дверь. Входит грустный Незнайка с чемоданом.

НЕЗНАЙКА - Здравствуйте.

ВЕДУЩИЙ - Здравствуй. Что Незнайка ты не весел, что ты голову повесил?

НЕЗНАЙКА - Я хочу ребята к вам…путешествовать, учиться, быть здоровым, веселиться.

ВЕДУЩИЙ - Ты пришел вовремя. Мы как раз оправляемся в путешествие по стране здоровья, там мы узнаем что нужно делать, чтобы быть здоровым и хорошо себя чувствовать. Ребята, возьмем с собой Незнайку?

Дети соглашаются. Незнайка радуется.

ВЕДУЩИЙ - Для комфортного путешествия я предлагаю поприветствовать друг друга .  
НЕЗНАЙКА – О я знаю игру *– приветствие «Ладошки» .Незнайка читает стихотворение показывает движения, учащиеся повторяют за ним*  
НЕЗНАЙКА –

 Поднимите все ладошки  
И потрите их немножко.  
Дружно хлопните раз пять:  
1, 2, 3, 4, 5.  
Продолжайте потирать!  
Мой сосед такой хороший-  
Я ему пожму ладоши.  
И другой сосед хороший-  
И ему пожму ладоши.  
Руки вверх поднять пора.  
Дружно крикнем все «УРА»!

ВЕДУЩИЙ –Спасибо, Незнайка. А зачем тебе чемодан?... Я знаю, в путешествие всегда берут чемодан. Я предлагаю положить в него хорошее настроение ,чтобы нам, веселее было путешествовать, . Ведь хорошее настроение - это залог здоровья. Согласны?.

*проводится игра «Хорошее настроение»*  
Дети становятся в круг, выполняют движения , а воспитатель имитирует, что он все кладет в чемодан  
Складываем чемодан и кладем туда пакеты:  
- с топотушками (топают);  
- с хлопушками (хлопают);  
- с мигалками (мигают);  
- с мычалками (мычат);  
- с шепталками (шепчут);  
- с обнималками (обнимаются);  
- с улыбалками (улыбаются);  
- с хохоталками ( хохочут);  
- с попрыгалками (прыгают);  
- с приседалками (присели на места).  
ВЕДУЩИЙ - И так чемодан наш собран, отправляемся в дорогу.

**СЛАЙД 1**

*Незнайка проводит флешмоб*  
И так, поехали:

учащиеся поют песню «Мы едем, едем, едем, в далекие края»  
-Посмотрели налево, - улыбнулись солнышку.  
-Посмотрели направо,- улыбнулись солнышку.  
-Посмотрели друг на друга, - улыбнулись друг другу.  
Раздается звонок

**СЛАЙД 2**

Вед. Внимание, внимание ! Мы прибываем на станцию « В гостях у Мойдодыра»

Входит Мойдодыр

Мойдодыр - Я великий умывальник,

Знаменитый Мойдодыр,

Умывальников начальник

И мочалок командир

(внимательно осматривает детей

Кто из вас не умывался

И грязнулею остался?

Нет у вас таких ребят?

Дети - нет

МОЙДОДЫР. Что ж тогда я очень рад!

ВЕДУЩИЙ. Все наши ребята чистые, аккуратные ,красивые.

МОЙДОДЫР. А я сейчас проверю. У меня в чемоданчике есть верные помощники, и если ребята смогут отгадать, как их зовут ,значит действительно грязнули здесь не живут.

ВЕДУЩИЙ. Ребята, слушайте внимательно!

Дети называют отгадк , а Мойдодыр достает из чемоданчика предметы- отгадки  
МОЙДОДЫР -

Намочи меня водою

Да потри меня рукою,

Как пойду гулять по шее,

Сразу ты похорошеешь (мыло

Говорит дорожка

Два вышитых конца

Помойся хоть немножко,

Чернила смой с лица,

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня (полотенце

Волосатая головка,

В рот она влезает ловко

И считает зубы там

По утрам и вечерам (зубная щетка

Лег в карман и караулю

Плаксу, реву и грязнулю.

Им протру потоки слез,

Не забуду и про нос (носовой платок

Целых 26 зубов

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком (расческа

МОЙДОДЫР. Какие вы молодцы, ребята! Все эти предметы очень нужны в Стране здоровья, да и вам помогут быть всегда чистыми и красивыми, только вы о них не забывайте .Я вам их дарю.

Дети благодарят Мойдодыра , а Незнайка складывает вещи в чемодан.

ВЕДУЩИЙ. Давайте ,ребята, повторим основные правила чистоты.

Исполняется песенка «Советы Мойдодыра»

Помни лозунг ты простой-

Руки мой перед едой (два щелчка языком

Чтобы это не забыть,

Нужно снова повторить,

Нужно снова повторить.

Волосок за волоском

Расчешись ка гребешком (два хлопка в ладоши

Чтобы это не забыть,

Нужно снова повторить,

Нужно снова повторить.

Окна шире открывай

И на воздухе гуляй (два хлопка по коленям

Чтобы это не забыть,

Нужно снова повторить,

Нужно снова повторить.

Зубы лучше щеткой три

И снаружи и внутри (два хлопка по щекам

Чтобы это не забыть,

Нужно снова повторить,

Нужно снова повторить

Чище в доме убирай,

Влажной тряпкой пыль стирай. (два хлопка в ладоши

Чтобы это не забыть,

Нужно снова повторить,

Нужно снова повторить.

Солнце воздух и вода-

Наши лучшие друзья (два щелчка языком

МОЙДОДЫР.-Какие вы молодцы ребята ! Я за вас спокоен, думаю что и Незнайка усвоил правила чистоты .До свидания, ребята.

Дети прощаются с Мойдодыром.

ВЕДУЩИИ - Да, наши ребята ,Незнайка, не только знают правила, но и умеют заботиться о своем здоровье. А ты знаешь как нужно заботятся о своем здоровье?

НЕЗНАЙКА – Ну если честно ,то не совсем

ВЕДУЩИЙ – Тогда отправляемся на станцию «Забота» к доктору Айболиту

Звучит музыка «Мы едем, едем, едем»

Дети, повторяя за Незнайкой движения сделав круг, садятся на свои места.

**СЛАЙД 3**

ВЕДУЩИЙ – вот мы и приехали. А где же доктор?

Он наверное, очень занят так как у него сейчас много работы . Ведь не все звери умеют заботиться о своем здоровье.

Незнайка загрустил.

ВЕДУЩИЙ – Но ты , Незнайка не грусти. Наши дети сами расскажут тебе как вести себя НЕ НАДО!

**Сценка**

**Действующие лица: доктор Айболит, медведь, заяц, лиса, волк, петух, собака.**

**Доктор Айболит.**

Здравствуй Миша.

Что не весел?

Что так низко нос повесил?

Опечалился чему?

**Медведь.**

Я конфет скушал тьму.

Позабыл почистить зубы.

Вот теперь я слёзы лью.

Что мне делать не пойму?

**Доктор Айболит.**

Не печалься, не тужи.

Всё в твоих руках – держи (зубная паста и щётка)

Чисти зубы по утрам

И конечно вечерам.

И забудешь навсегда

Про зубную боль тогда.

**Доктор Айболит.( к зайцу)**

А ты заяц почему

Нацепил очки на лбу?

Или зрение ослабло?

Или модно это стало?

**Заяц.**

Я писал в тетрадке носом,

Книжки в темноте читал,

Телевизор свой любимый

Никогда не выключал.

А теперь я даже маму

Вижу только из очков.

**Доктор Айболит.**

Это дело поправимо.

Только ты не забывай:

Что гимнастика для глаз

Слепоту излечит враз.

**Собака.**

Ой! Животик мой болит!

Помоги мне Айболит!

**Доктор Айболит.**

Вот тебе лекарство, друг.

Острицы от них умрут.

Только ты уж не забудь

Руки с мылом вымыть. Пусть

Все микробы пропадут

И бактерии умрут.

**Доктор Айболит** (к лисе)

Ну, голубушка лиса,

Признавайся, как дела?

**Лиса.**

Голова болит немножко,

Спать охота. Этой ночью

Телевизор допоздна

Мы смотрели, как всегда.

**Доктор Айболит.**

Ты лиса ещё мала.

И поэтому должна

Много спать и высыпаться.

А чтобы школу не проспать,

Ты ложись пораньше спать.

**Петух.**

Доктор, дайте мне лекарство,

Горб свой вылечить …

**Доктор Айболит.**

Напрасно…

Здесь лекарство ни к чему.

А чтобы выпрямить осанку,

Сделай правильно посадку,

Спинку ровненько держи,

Не сутулься. Не пиши,

Как зайчишка только носом.

**Волк хрипит.**

**Доктор Айболит.( к волку)**

Та-а-ак! Всё понятно

Ты без шапки и без куртки

Ел мороженое. Сутки

Ты на улице гулял,

Громким голосом кричал.

Вот поэтому охрип.

 У тебя, наверно, грипп?

**Автор**-

Бедный доктор Айболит

Третий день не ест. Не спит,

Раздаёт таблетки

Непослушным деткам,

Тем, кто рук не мыл к обеду,

Кто без счета ел конфеты,

Кто босой гулял по лужам,

Тем, кто мамочку не слушал.

Тем, кому теперь живот

Спать спокойно не даёт.

У кого температура.

Доктор раздаёт микстуру.

Он всю ночь лечить готов

Чтобы каждый был здоров.(хором)

ВЕДУЩИЙ - Спасибо, ребята. Действительно, тяжело приходится любому доктору, если люди сами не заботятся о своём здоровье. Некоторые взрослые даже не носят маски в общественных местах в период пандемии короновируса. Мы с вами должны им напоминать об этом. А наши дети за здоровьем следят. Правда ? Какой у нас девиз?

Дети хором говорят

« Я здоровье берегу- сам себе я помогу.»

Вот, а доктору Айболиту пришлось лечить зверей, которые не следили за своим здоровьем. Незнайка, нужно самому заботиться о своем здоровье - вовремя вставать, играть ,отдыхать. .т. е соблюдать режим дня. Вот мы с вами незаметно оказались на станции «Режим дня»

**СЛАЙД 4**

Звучит музыка

Выходят ребята с картинками.

Незнайка хватается за голову…

НЕЗНАЙКА – Ой, как тяжело жить по правилам, особенно если ты их не знаешь

ВЕДУЩИИ- Не расстраивайся, Незнайка ребята сейчас тебе помогут составить правильный режим дня

Под музыку дети выстраивают режим дня

ВЕДУЩИЙ – Посмотри внимательно и запомни  
  
Ребята, под музыку вы должны выстроиться в правильной последовательности режима дня. Как только музыка остановилась, вы остаетесь стоять на своих местах. Посмотрим, знаете вы режим дня или нет.(учащиеся выстраиваются в следующем порядке: «Подъем», «Зарядка», «Завтрак», «Школа», «Обед», «Спорт», «Домашняя работа», «Ужин», «Сон»)

Незнайка повторяет, соглашается подписывает по номерам ,собирает картинки и кладет их в чемодан (чтобы дома выполнять

НЕЗНАЙКА -Да, распорядок этот дня

Был написан для меня.

Никуда не опоздаю,

Ведь его теперь я знаю и конечно соблюдаю

…Но что - то я проголодался

Ведь я много занимался!

ВЕДУЩИЙ – Очень хорошо что ты вспомнил про еду. Ведь чтоб быть здоровым нужно правильно питаться. В свой рацион нужно обязательно включать фрукты и овощи. Давайте отправимся на станцию « Витаминка»

**СЛАЙД 5**

Дети двигаются за Незнайкой, повторяя за ним все движения

НЕЗНАЙКА-

Ой, куда меня несет? (имитирует полет

Самолет идет на взлет

Обожаю я полет

Особенно когда везет

Ждет впереди нас посадка, (приседают

Пройдет она пусть гладко.

На три точки сядем. Класс!

Пилот несомненно экстра АС! (показывают «класс!»

УФ прилетели! Вытирают пот

НЕЗНАЙКА – Ура, обожаю витамины, торты, «фанту» и хот доги

ДЕТИ ХОРОМ –если будешь есть хот доги скоро ты протянешь ноги

Если «Фанту» пить смотри - растворишься изнутри

Ребята, а вы знаете, в каких продуктах находятся витамины? (Ответы детей)

Как называются продукты, в которых есть большое количество витаминов? (полезные)

Проводится игра «Полезные и вредные продукты» (учащиеся по очереди отбирают из корзины   
только полезные продукты и несут их Незнайке. Он все складывает в чемодан, благодарит)

ВЕДУЩИЙ

– если хочешь быть здоров

Правильно питайся

Ешь побольше витаминов

С болезнями не знайся!

НЕЗНАЙКА- ОХ и снабдили вы меня витаминами Даже размяться захотелось.

ВЕДУЩИЙ – это хорошо , потому что люди с самого рожденья, жить не могут без движенья. И мы отправляемся на станцию «Спортивная»

**СЛАЙД 6**

Мы попали на станцию «Спортивная» А как вы думаете ребята. Почему станция так называется?...Правильно потому что путь к здоровью лежит через занятия спортом. Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна.

ВЕДУЩИЙ –Я прошу всех встать на веселую разминку! Проводит самый быстрый и ловкий заяц-спортсмен

Кто сидит здесь и скучает?

А ну, скорей вставай!

Веселую зарядку с нами начинай!

Начинай! Не спеши!

Через нос ровней дыши!

Эй, народ! Давайте вместе!

Начинаем бег на месте!

Левой! Правой! Раз и два!

Станет свежей голова!

Не стесняйтесь! Улыбайтесь!

Люди, присоединяйтесь!

Раз – нагнулись! Два – присели!

Здоровый дух – в здоровом теле!

ВЕДУЩИЙ – Спасибо, зайка порадовал ты нас. Главный  помощник в сохранении здоровья – это движение- Здоровый образ жизни связан с занятиями спортом. Нужно  делать зарядку, больше ходить пешком, играть в подвижные игры, кататься на лыжах и коньках, заниматься бегом. Все эти занятия укрепляют здоровье человека, делают его ловким, сильным, быстрым, выносливым. Согласны?

Зайчик пришел к нам не просто так он хочет проверить, знаете ли вы виды спорта. Сыграем с ним в игру?

-Заяц показывает Незнайке картинки с изображениями различных видов спорта. Вместе с Незнайкой изображает без слов при помощи жестов и мимики тот вид спорта, который нарисован на листочках

Дети угадывают вид спорта.

(футбол, бокс, фигурное катание, теннис, хоккей, баскетбол)

ВЕДУЩИЙ – молодцы, ребята .

Незнайка радуется , что он смог показать 6 различных видов спорта. Складывает листочки с их изображением в чемодан.

НЕЗНАЙКА – о, мой чемодан уже полон.

ВЕДУЩИЙ - Да, ты собрал в нашем путешествии много полезных советов. Теперь тебя можно считать полноправным жителем страны Здоровья. Давай проверим все ли ты правильно усвоил. Я задаю вопрос если ты согласен , то говоришь громко « ДА», а если не согласен, то говоришь громко «НЕТ» дети тебе помогут. Готовы?

Что нам нужно для здоровья?

Может, молоко коровье?

Лет в двенадцать сигарета?

А с друзьями эстафета?

Тренажер и тренировка?

Свекла, помидор, морковка?

Пыль и грязь у вас в квартире?

Штанга или просто гиря?

Солнце, воздух и вода?

Очень жирная еда?

Страх, уныние, тоска?,,

Скейтборд – классная доска?

Спорт, зарядка, упражненья?

Сон глубокий до обеда?

Если строг у нас режим –

Мы к здоровью прибежим!

НЕЗНАЙКА – Я все усвоил, и знаю теперь все законы страны «Здоровья»

- Здоровье- это доброе сердце  
- Здоровье – это чистое и сильное тело;  
- Здоровье – это правильное питание;  
- Здоровье – это режим дня  
- Здоровье – это движение.

ВЕДУЩИЙ - Умница ,Незнайка!

НЕЗНАЙКА - СПАСИБО, ребята теперь я обязательно буду все это выполнять и вести здоровый образ жизни. До свидания!. Незнайка уходит.

ВЕДУЩИЙ-

А сейчас проведем небольшой тест.

Я буду называть правила здорового образа жизни, если вы их соблюдаете, то загибаете пальчик.

1.Соблюдать гигиену.

2.Соблюдать режим дня.  
3.Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья.

4.Заниматься спортом.

5.Правильно питаться.

- Посмотрите на свою руку. Есть такие, у кого все пальчики сжаты в кулак? Погрозите кулачком лени, болезням, вредным привычкам. Молодцы!

ВЕДУЩИЙ - Желаю вам крепкого здоровья.

**СЛАЙД 7**  
Теперь, вы знаете, законы этой страны и если вы будете соблюдать их, то сможете стать жителями страны Здоровья

Внезапно Незнайка вновь возвращается.

НЕЗНАЙКА - Ой, я совсем забыл вас угостить витаминами. Он достает из чемодана яблоки и всех угощает…

Звучит песня «Если хочешь быть здоров»