

# **СЦЕНАРИЙ**

## **ДОСУГА С РОДИТЕЛЯМИ**

**детей 5-6 лет**

**«Мы за здоровый образ жизни»**

### **Цели:**

- формирование осознанного, бережного отношения к своему здоровью;
- воспитание понимания ценности здоровья и его связи со здоровым образом жизни.

### **Материал:**

- игровой персонаж кукла – микроб;
- презентация проекта на электронном носителе;
- дидактические игры: «Режим дня» - 2 набора, «Чудесный мешочек» (муляжи овощей и фруктов), «шнур – затейник» (развивающая игра Воскобовича), карточки с буквами и слогами (микроб), плакат «Водоснабжение в городе», 2 футбольных мяча, яблоки (по количеству детей).

### **Ход мероприятия:**

#### **Ведущий:**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

Мы с ребятами целую неделю работали над этой проблемой. И хотим поделиться с вами результатами этой работы. Давайте вместе

посмотрим презентацию нашего проекта «Как мы победили болезнетворных микробов». *(Использование медиатехники.)*

И так вы увидели, что у нашего здоровья много хороших и верных друзей.

**Дети** *(читают стихи):*

Весело и счастливо

Мы в «Радуге» живем!

И здоровей и краше

Становимся с каждым днем!

И тайну нашей жизни

Хотим мы вам открыть:

Здоровый образ жизни

Нам помогает жить.

**Ведущий:** Конечно, вы догадались, что это здоровый образ жизни помог нам победить микробов.

**Микроб:** Привет! А вот и я! Что, не ждали! Это я – ваш знакомый микроб.

**Ведущий:** Ой! Ребята, слышите? Опять этот вредный микроб появился! Покажись нам, раз уж пришел!

**Микроб:** Выложите мое имя разными способами, тогда покажусь!

*(Дети выкладывают слогами, буквами, «Шнуром - затейником», развивающая игра Воскобовича.)*

**Микроб:** А вот и я! Всех вы микробов победили, а я самый сильный остался.

**Ведущий:** Мы с ребятами знаем, как с тобой бороться, и наши гости нам помогут!

**Микроб:** Попробуйте!

**Ведущий:** Ребята, давайте вспомним, что нам помогло в борьбе

с микробами.

*(Дети вспоминают составляющие здорового образа жизни.)*

**Микроб:** Мне ваш здоровый образ жизни не страшен!

**Ведущий:** Вот и проверим!

**Дети** *(читают стихи о режиме дня):*

Кто жить умеет по часам

И ценит каждый час,

Того не надо по утрам

Будить по 10 раз.

И он не станет говорить,

Что лень ему вставать,

Зарядку делать, руки мыть

И застилать кровать.

**Ведущий:** Предлагаю поиграть в игру «Мой режим дня». Выиграет тот, кто правильно выложит все карточки с изображением режимных моментов.

*(Участники разбиваются на две команды – дети и гости.)*

**Микроб:** Что-то у меня голова заболела.

**Ведущий:** Это еще только начало! О правильном питании мы попросим рассказать врача.

*(Дедушка Маши Ц. Иван Васильевич рассказывает о полезных продуктах питания.)*

А мы знаем еще, чем полезны витамины.

*(Дети показывают инсценировку стихотворения «Спор овощей».)*

**Дети** *(хором):*

Кто из нас, овощей,

И вкуснее, и нужней?

Кто при всех болезнях

Будет всех полезней?

**Морковь:**

Про меня рассказ недлинный:

Кто не знает витамины?

Пей всегда морковный сок,

Будешь строен и высок!

**Помидор:**

Не болтай, морковка, вздор,

Помолчи немного.

Самый вкусный и приятный

Уж, конечно, сок томатный.

**Редиска:**

Я румяная редиска,

Поклонюсь вам низко-низко.

Мне хвалить себя зачем?

Я и так известна всем!

**Капуста:**

Ах, какие вкусные

Салаты капустные!

Угощу ребяток

Кочерыжкой сладкой.

**Свекла:**

Вам нужна я для борща

И для винегрета.

Свеклу ешь, всех угощай,

Лучше свеклы нету.

**Огурец:**

Очень будете довольны,

Съев огурчик малосольный.

А уж свежий как хорош!

Лучше овощ где найдешь?

**Горошек:**

Хоть я маленький совсем,

Но полезен людям всем –

Сладенький мальчишка!

**Дети (хором):**

Чтоб здоровым, сильным быть,

Надо овощи любить,

Все без исключенья,

В этом нет сомненья!

**Ведущий:** А теперь я предлагаю уважаемым гостям узнать наощупь и назвать то, что находится в моем чудесном мешочке.

*(Проводится игра «Чудесный мешочек» с муляжами овощей и фруктов.)*

**Микроб:** Вы фрукты и овощи не мойте, так полезнее. И вообще, не дружите с водой!

**Ведущий:** Мы не будем тебя слушать, микроб, как раз о следующем друге нашего здоровья - воде и гигиенических процедурах нам расскажет мама Ильи (Наталья Алексеевна) – человек интереснейшей профессии – эколог (о водоснабжении города, очистительных сооружениях, защите водных ресурсов). А сейчас давайте поиграем в игру «Что мы видели, не скажем, а что делали - покажем» (имитация движений гигиенических процедур детьми и гостями).

**Микроб:** Ой, у меня ноги и руки совсем ослабли, мне что-то нехорошо.

**Ведущий:** У нас для тебя, микроб, еще один сюрприз приготовлен. О нем нам расскажет самый настоящий футболист - Валерий Павлович – папа Артема. Физкультура и спорт – всегда на

страже нашего здоровья! *(Рассказывает о футболе, проводит эстафету с мячом.)*

**Ведущий:** Веселая эстафета подняла настроение всем участникам! Посмотрите, ребята, а микроб-то исчез! Здоровый образ жизни нам в этом помог! Спасибо всем нашим участникам за помощь в борьбе с вредными болезнетворными микробами!

**Повар:** Ребята и гости, вы так старались победить микроба, потратили много сил. Я принесла для вас яблоки, которые наполнят ваш организм витаминами.