Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 22 «Журавленок» городского округа город Октябрьский

Республики Башкортостан

**Конспект**

**Развлечения «Цветок здоровья»**

**для воспитанников 4-5 лет**

Составила и разработала

воспитатель

Р.Г. Валеева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата 28.10.2020г.

Согласовано:

ст. воспитатель

Р.Р. Мигунова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г. Октябрьский

2020 – 2021 уч. год

**Цель.** Обобщение знаний о составляющих здорового образа жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

обобщить знания о взаимосвязи здоровья с двигательной активностью, гигиеной одежды и тела, режимом дня, пребыванием на воздухе и правильном питанием: закрепить навыки здоровье сбережения посредством выполнения физических упражнений.

**Развивающие:**

развивать физическую и мыслительную активность, воображение, познавательный интерес.

**Воспитывающие:**

воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.

**Форма организации деятельности:** квест игра, групповая.

**Место проведения:** групповая комната.

**Интеграция:** познавательное развитие, речевое развитие, социально – коммуникативное развитие, физическая культура.

**Предварительная работа**.

-чтение произведений тематической литературы

-беседы о здоровом образе жизни

-дидактические игры

-рассматривание иллюстраций: режим дня, виды спорта, вредные и полезные продукты

-выполнение комплексов упражнений по Су-Джок терапии

**Предметно-игровая среда.**

Оборудование, игровой материал:

-цветок

-шарики для Су-Джок терапии

-сундук

-конверт

-муляжи овощей и фруктов

-корзины с шариками

-аудиозапись

**Словарная работа:**баскетбол, личная гигиена, режим дня.

**Методы и методические приемы:**

* Метод диалогического общения.
* Словесный – рассказ, пояснение, одобрения, указания.
* Игровой – использованы сюжет, проблемная ситуация, игра.
* Практический – показ, выполнение.

**Ход игры**

**1 часть. Организационный момент. Проблемная ситуация.**

**Воспитатель: -**Ребята, нам пришло письмо от жителей планеты Здоровья, в котором сообщается, что есть удивительный, волшебный цветок - цветок Здоровья! Кто его раскроет, тот станет здоровым и сильным. Растет этот цветок в волшебном саду. Но там приключилась беда, подул ветерок и оторвал лепестки цветка. Подхватил все лепестки и разбросал их. Надо помочь цветочку. чтобы он снова ожил и одарил всех своей волшебной силой здоровья.

**Воспитатель:** - Поможем жителям планеты Здоровья? (Да)

**Воспитатель:** - Тогда отправляемся на поиски, а жители страны Здоровья хотят нам помочь и приготовили подсказки.

**2 часть. Ход игры.**

**Воспитатель:** - И вот первая подсказка. Первый лепесток спрятан там, где стоят кубики. (Дети находят лепесток и рассматривают. Ребенок читает четверостишие)

**Воспитатель:** - Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (Зарядка)- Правильно! Давайте с вами сделаем зарядку. (дети выполняют движения по тексту)

Ручки-ручки — потягушки

И ладошки — похлопушки.

Ножки-ножки – топотушки,

Побегушки, попрыгушки.

С добрым утром, ручки,

Ладошки и ножки,

Щёчки-цветочки – чмок!

Воспитатель: - Когда мы делаем зарядку? (Каждое утро)

Воспитатель: - Зачем нам нужно делать зарядку? (Чтобы быть сильными, здоровыми, чтобы взбодриться)

Воспитатель: - А давайте с вами вспомним нашу необычную гимнастику. Выполним упражнения для рук. (Выполняют упражнения из Су-Джок терапии)

1. Положить шарик на ладонь одной руки и прикрыть сверху другой, потом поменять руки местами.
2. Сжимание и разжимание шарика в кулаке по очереди каждой рукой.
3. Активное надавливание на иголки шарика пальчиками.
4. Катание шарика по ладоням круговыми движениями.
5. Прокатывание шарика вверх и вниз.
6. Упражнение с кольцом.

Воспитатель: -Вот мы нашли первый лепесток цветка! И вторая подсказка, следующий лепесток спрятан там, где мы принимаем водные процедуры.

Воспитатель: - Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (Дерево. Ребенок читает двустишие.)

Воспитатель: -Это волшебное дерево, а узнать, что на нем растет нам помогут загадки.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Дело ясное вполне-

Пусть отмоет руки мне (Мыло)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

И махровое, и гладкое бывает,

Кто помылся, тот о нем не забывает

Взрослого, младенца вытирает…(Полотенце)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, и медведей. (Расческа)

Я увидел свой портрет,

Отошел – портрета нет. (Зеркальце)

Воспитатель: - Правильно! А как можно, одним словом, назвать все эти предметы? (Предметы гигиены)

- Молодцы! Вот мы нашли второй лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где лежат продукты.

-Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (Корзина с продуктами питания. Ребенок читает четверостишие.)

- Ребята, помогите мне пожалуйста отобрать в одну корзину овощи, а в другую фрукты. (Дети собирают в одну корзину овощи, в другую фрукты)

- Чем полезны овощи и фрукты? (Витаминами)

- Молодцы! Вот мы нашли третий лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан в спортивном уголке.

- Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (Дети занимаются спортом. Ребенок читает двустишие.)

- Правильно! Давайте поиграем в игру «Баскетбол» Дети делятся на две команды, каждая пытается как можно больше попасть в корзину мячом.

- Зачем нам нужно заниматься спортом? (Чтобы быть здоровыми, сильными, смелыми.)

-Молодцы! Вот мы нашли четвертый лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где вы переодеваетесь. (Дети ищут лепесток в раздевалке)

- Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (День, вечер, ночь, утро)

- Правильно! А по-другому можно сказать режим дня. Люди давно пришли к выводу о том, что для хорошего самочувствия, необходимо чередовать все виды деятельности: труд, отдых, сон, т.е. соблюдать режим дня. (Ребенок читает четверостишие)

- Сейчас проверим, знаете вы их или нет. Если это правильно –хлопайте в ладоши, если нет – топайте ногами.

-Просыпаемся мы утром.

-Завтракаем мы вечером

-Ужинаем вечером

-Играем днем

-Умываемся вечером

-Гуляем ночью

-Обедаем днем

-Спим ночью.

Воспитатель; - Молодцы! Вот мы нашли четвертый лепесток цветка! И вот еще одна подсказка, следующий лепесток спрятан там, где вы спите. (Дети ищут лепесток в спальне)

- Молодцы, посмотрите, что здесь изображено? (Полянка, природа. Ребенок читает четверостишие)

- Чтобы быть здоровыми нужно не только заниматься спортом, но и отдыхать, а лучше всего это делать на природе.

- Давайте закроем глаза, представим, что мы с вами находимся в лесу. Посидим тихонько. Послушаем щебетание птиц, как листья шумят на ветру и тихонечко падают на землю. Возможно, вы услышите еще какие-то звуки…(Звучит аудиозапись) Теперь медленно открываем глаза. Отдохнули?

**3 часть. Заключительная.**

Воспитатель: - Какие вы молодцы! Ребята, мы нашли с вами все части цветка здоровья. Давайте соберем цветок и вспомним из каких составляющих частей состоит цветок здоровья?(Дети собирают цветок. Зарядка, правильное питание, занятия физкультурой, соблюдение режима дня, соблюдение правил личной гигиены.)

Рефлексия.

Воспитатель: - Ребята, вам понравилось наше приключение? (Ответы детей)

- Что больше всего вам понравилось?

- А какое у вас сейчас настроение?

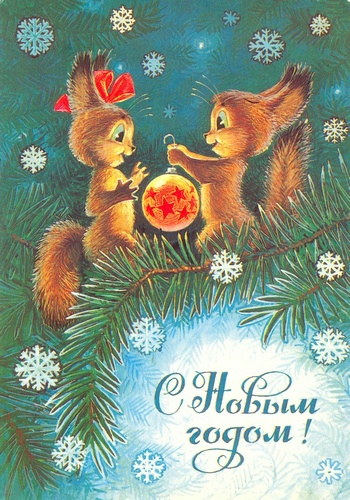
- Хорошее настроение – это тоже залог здоровья.(Смайлики в подарок)

****

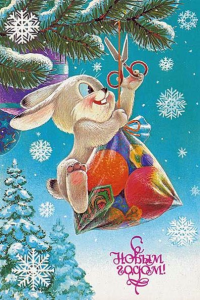
****











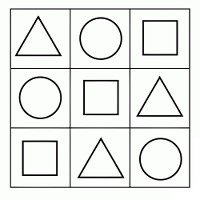
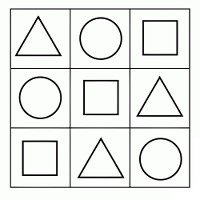
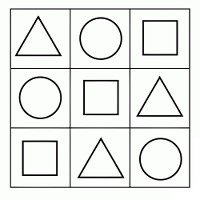










Приложение

