

**Развлечение с использованием
здоровьесберегающих технологий
«Дошколята - супергерои против простуды и гриппа»
(для детей старшего дошкольного возраста)**

Цели:

Воспитывать привычку здорового образа жизни.
Учить детей заботиться о своем здоровье.

Задачи:

1. Формирование неречевого дыхания.
2. Совершенствование артикуляционной моторики, расширение активного словаря.
3. Развитие внимания, мышления, памяти, общей и мелкой моторики.
4. Формируемые умения отвечать на вопросы, отгадывать загадки.
5. Закрепление основных видов движений: ходьба, удержание равновесия, координация движений.
6. Привлечение родителей к образовательной деятельности.

Материалы и оборудование:

- Компьютерная презентация «Супергерои против простуды и гриппа»,
- Одежда супергероев: короны, плащи, шлемы, колпаки звездочетов,
- Одежда для конкурса: валенки, шлепанцы, резиновые сапоги, панамы, шапки, кепки, варежки, перчатки, шарфы,
- Косички – микробы, 2 корзины,
- «Моталочки»: груша и помидор,
- муляжи фруктов и овощей, рыбы, яйца, чипсов, пепси, торта и пироженного,
- макет дерева, с витаминами, обручи – 8 шт., 2 массажные дорожки

Предварительная работа:

Просмотр мультфильмов:

Мультсериалы «Смешарики»: «Руки», «ОРЗ», «Ёжик и здоровье», «Лунтик»: «Невидимая грязь», «Фиксики»: «Микробы», «Митя и микробус»

Беседы:

Откуда берутся болезни.
Как победить простуду.
Зачем делать зарядку.
О пользе витаминов.
Для чего чистить зубы.
Почему щиплет мыло.
Как стать сильным.

Ход занятия:

Показ презентации

Слайд 1.

Педагог: Здравствуйте, ребята! У всех хорошее, радостное настроение. Все мы бодрые и здоровые. А вот наш Костя попал в плен к королеве Простуде и ему очень плохо и грустно.

Слайд 2. Костя дома читает стихотворение «Грипп» С. Михалкова

Педагог: Вы хотите помочь Косте и спасти его из плена королевы Простуды?

Дети: Да.

Педагог: Хотите быть смелыми, здоровыми, крепкими и не болеть?

Дети: Да. Хотим.

Слайд 3.

Педагог: Тогда я предлагаю вам отправиться выручать Костю в Королевство Здоровья. Но туда можно пройти только Супергероям – посмотрите на экран - кто они? Правильно, Принцесса – Чистюля, Рыцарь и Звездочет. Давайте и мы станем Супергероями. (Ребята одевают атрибуты) Итак, Супергерои, вперед!
(Под музыку ребята двигаются по залу)

Слайд 4.

Педагог: Что это такое?

Дети: Следы. Белые. Красные.

Педагог: Как вы думаете, чьи это красные, горячие следы?

Дети: Это оставила Простуда. Это высокая температура.

Педагог: А когда бывает высокая температура?

Дети: Когда болит голова. Когда человек болеет. Заразился, простыл. Когда не закаляются.

Слайд 5.

Педагог: Все верно. И когда человек болеет, то у него плохое настроение и нет сил.

Педагог: А что нужно делать, чтобы не болеть? (ответы детей)

Слайд 6.

Педагог: Правильно! Вы хотите быть бодрыми и веселыми? Тогда давайте все вместе сделаем зарядку.

Зарядка «Эй, лежебоки!»

Слайд 7.

Педагог: А эти белые следы – следы здоровья. По каким следам мы с вами отправимся в путь? Конечно, по белым!

Педагог: Ой! Куда это мы с вами попали? Что это за избушка? Кто в ней живет? Давайте постучим.

Слайд 8. Пальчиковая гимнастика «Дом»

(движения выполняются в соответствии с текстом)

(Выходит Кашель - папа.)

Кашель: Здравствуй, ребята! Ой! Как у вас тут холодно. Я – Кашель! Всегда одеваюсь тепло, но почему-то все время болею, мерзну. Как вы думаете: почему?

Дети: Ты очень тепло одет. Тебе жарко. Тебе неудобно ходить. Надо одеваться по погоде.

Кашель: Научите меня, пожалуйста, как нужно одеваться правильно.

Игра: «Кто быстрее оденется на прогулку».

(необходимо выбрать вещи в соответствии с заданным временем года)

Кашель: Спасибо ребята. Теперь я знаю, как надо одеваться, чтобы не болеть.

Педагог: Да, Кашель, одевайся по погоде и не болей. Пойдем с нами дальше.

Слайд 9.

Педагог: Переходим к водным процедурам, для которых нам нужны предметы.

Слайд 10.

(При отгадывании детьми, на экране появляется ответ – картинка)

Загадки:

1. Костяная спинка,
Жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит
И усердно служит. (*Зубная щетка*)
2. Частый, зубастый,
Вцепится в чуб вихрастый. (*Расческа*)
3. Гладкое, душистое,
Моеет чисто,
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (*Мыло*)
4. Я эту загадку в карман положу,
Достану потом — на себя погляжу. (*Зеркало*)
5. После бани помогаю,
Промокаю, вытираю.
Пушистое, махровое,
Чистое, новое. (*Полотенце*)
6. Чтобы волосы блестели
И красивый вид имели,
Чтоб сверкали чистотой,
Мною их скорей помой. (*Шампунь*)
7. Вы меня намыльте смело,
Сразу я возьмусь за дело.
Руки, ноги, тело тру,
Грязь любую ототру. (*Мочалка*)
8. Чтобы чистым быть всегда,
Людам всем нужна... (*Вода*)

Педагог: Для чего нужны все эти предметы? Для чего нужно мыло?

Дети: Чтобы мыть руки.

Педагог: Когда нужно мыть руки?

Дети: Перед едой. После прогулки. После туалета. После рисования и лепки.

Педагог: Для чего нужно полотенце?

Дети: Чтобы вытирать руки после мытья.

Педагог: Для чего нужна расческа?

Дети: Чтобы расчесывать волосы. Быть красивыми. Быть аккуратными.

Педагог: Для чего нужна зубная паста и зубные щетки?

Дети: Чтобы чистить зубы. Чтобы зубы были чистыми и здоровыми. Чтобы хорошо жевать.

Слайд 11.

Педагог: Смотрите, мы попали с вами в лес. Тут свежий и чистый воздух. Кто это бежит к нам навстречу?

(Звучит бодрая музыка. Появляется Здоровячок - папа.)

Здоровячок: Здравствуйтесь ребята! Я – Здоровячок! Я такой здоровый и сильный потому что соблюдаю распорядок дня. Хотите и вас научу.

Игра «Распорядок дня»

(дети выполняют движения в соответствии с текстом и показом)

Наши детки рано встали.
Чистить зубки побежали
Вправо – влево, вправо – влево
Чистим зубки мы умело!
Пополощем с вами ротик.
А теперь расческу взяли
И причесываться стали.
Дальше дружно по порядку
Вместе делаем зарядку!
Вот и завтракать пора:
Будь здоров,
Физкульт-Ура!

Здоровячок: Чтобы быть крепкими, сильными, не болеть, нужно еще правильно дышать. Давайте я вас научу.

Слайд 12.

Массаж с элементами дыхательной гимнастики

Греем наши ручки (Соединить ладони, потереть ими до нагрева)
Греем кончик носа. (Слегка подергать кончик носа)
Тонкий носик. (Указательными пальцами слегка потянуть нос)
Греем ушки. (Указательным и большим пальцами по ушной раковине проводим сверху вниз)
Лебединая шейка. (Поглаживаем шею рука от грудного отдела до подбородка)
Носик, дыши! (Вдох через правую ноздрю выдох – через левую, а затем наоборот)
Сдуем снежинку. (Вдох через нос, выдох через рот (2-3 раза))

(Воспитатель и дети благодарят Здоровячка и приглашают его с собой в путешествие. Навстречу идет Насморк – мама и громко чихает.)

Педагог: Смотрите дети, Насморк хочет нас заразить. Он послал на нас целую тучу микробов. Что нас нужно сделать, чтобы не заразиться?

Слайд 13.

(картинки появляются на экране после слов детей)

Дети: Гулять на свежем воздухе. Правильно дышать носом. Закаляться. Пользоваться носовым платком. Закрывать носовым платком нос и рот.

Подвижная игра «Собери Микробы»

(дети на скорость собирают косички – микробы)

(Воспитатель хвалит детей за то, что они были ловкие и смелые, и приглашает детей продолжить путешествие)

Полоса препятствия «Путешествие за витаминками»

«С кочки на кочку» - дети перепрыгивают с кочки на кочку,

«Не промочи ножки» - ходьба по массажной дорожке, на дереве висят Витамины, надо взять и обратно бегом.

Педагог: Какие вы молодцы! А где находятся Витамины, правильно, в овощах и фруктах.

Игра «Моталочки»: Груша и Помидор.

(ребята должны на скорость намотать ленту на палочку)

Педагог: Молодцы! А еще есть полезные и вредные продукты. Вы их знаете?

Игра «Полезные и вредные продукты»

(необходимо выбрать только полезные продукты)

Педагог: Все они помогают нам уберечься от злых чар королевы Простуда.

Королева Простуда - мама: Кто обо мне говорит? Зачем вы пришли в моё королевство?

Педагог: Мы с ребятами пришли освободить нашего Костю из плена простуды.

Королева Простуда: Хотя вы и выполнили все задания и преодолели все препятствия, все равно не отпущу вашего Костю.

Педагог: Ребята, давайте вспомним пословицы и поговорки о здоровье:

1. Мойте руки перед едой — будете здоровы.
2. Кто аккуратен, тот людям приятен.
3. Чистота — лучшая красота
4. Чистая вода для микробов беда.
5. Чаше мойся, воды не бойся.
6. Будь аккуратен, забудь про лень, чисти зубы каждый день.

Слайд 14.

Педагог: А еще надо обязательно делать прививки от гриппа!

Королева Простуда: Хорошо, хорошо, я отпускаю Костю.

Педагог: Ребята, а давайте для хорошего настроения пригласим Королеву Простуду потанцевать противовирусный танец Супергероев.