

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Балтасинский детский сад № 2 общеразвивающего вида»
Балтасинского муниципального района Республики Татарстан**

Тема: «Мы растем здоровыми!»

**(План- конспект открытого мероприятия,
посвященного Дню здоровья).**

**Воспитатель I квалификационной
категории МБДОУ «Балтасинский
детский сад №2» Низамиева Кадрия
Фандазовна**

Тема: Мы растем здоровыми!.

Программное содержание: Дать детям представление о здоровом образе жизни, закрепить знания о здоровой пище, развивать культурно-гигиенические навыки.

Материалы: Обруч, скакалка, продукты питания, мыло, полотенце, зубная паста, зубная щетка, расческа.

Ход мероприятия:

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Кто мне скажет, какой сегодня день? Правильно! Сегодня-день здоровья и я всем вам желаю быть всегда здоровыми. Здоровье- это самое главное и его надо беречь. Наши дети это хорошо знают:

1 ребенок: Чтобы быть здоровым, сильным,
Спорт любить необходимо. (Показывает мускулы.)

2 ребенок: Приемы каратэ я знаю,
И друзей я защищаю. (Показывает прием.)

3 ребенок: Чтобы быть красивой, стройной,
Нужен обруч мне бесспорно. (Крутит обруч.)

4 ребенок: Скакалка- вещь полезная
С ней прыгать научилась я. (Прыгает на скакалке.)

Ведущий: Спасибо! А вы, ребята, любите заниматься спортом? (ответы детей)
Ой, кажется, к нам кто-то идет?

В зал входят Карлсон и Пеппи.

А-а! Это же наши друзья - Карлсон и Пеппи. Помните, они приходили к нам праздновать день рождения?!

Карлсон: Здравствуйте, ребята!

Пеппи: Привет! Привет! Как поживаете?

Дети: Хорошо! Отлично!

Карлсон: Ну, конечно же, хорошо, Пеппи! Посмотри, сколько здесь красивых, умных, спортивных и поэтому здоровых детей!

Пеппи: Да-а! Это верно! А вот мы с тобой не умеем прыгать через скакалку, крутить обруч, а про каратэ я и не говорю.

Карлсон: Как это не умеем!. Мы еще даже не пробовали. Ну-ка! (Пробует покрутить обруч, не получается.)

Пеппи: Это тяжело!! Попробую-ка, я через скакалку! Не получается!

Карлсон: Кажется, я сегодня съел мало каши с вареньем!

Пеппи: Ты его совсем не ел. Ты сегодня выпил бутылку лимонада и съел шоколадку.

Карлсон: Ну и что, это же вкусно! Правда, дети!

Дети: Да!

Карлсон: Вы, конечно, тоже едите только шоколад и пьете лимонад?

Дети: Нет!

Карлсон: А почему?

2

Ведущий: Дети, объясните ему, почему нельзя есть много шоколада и пить лимонад.

Дети: Будут болеть зубы, портиться, пропадет аппетит ит.д.

Карлсон: Правда?! А я не знал. А что вы едите по утрам?

Дети: Кашу.

Карлсон: Да-ну... Каша ведь не вкусная!

Ведущий: Ее можно сделать вкусной, если добавить масло, фрукты.

Карлсон: Хмм...Надо попробовать.

Пеппи: Идем есть кашу.

Карлсон и Пеппи уходят.

Ведущий: А мы с вами, дети, пока поиграем. Я буду вам показывать продукты, а вы должны сказать, какие из них полезные. А какие - вредные.

- Яблоко

- картофельные чипсы

- молоко

-кириешки

- конфета

- огурец

- жевательная резинка

- капуста

- лимонад

- творог

- хлеб

Ведущий: Вот мы с вами теперь знаем, какие продукты можно есть, а какие лучше не употреблять в пищу.

В зал, держась за животы, медленно входят Карлсон и Пеппи.

Карлсон: Ох...! Мой живот!

Пеппи: Уф..! Как тяжело! Все-таки каша - плохая еда!

Ведущий: Что с вами случилось?

Карлсон: Что случилось! Что случилось! Сначала мы съели рисовую кашу с изюмом, потом - молочную гречневую кашу, затем- манную кашу с фруктами. Это было так вкусно! Но все равно у меня болит живот.

Ведущий: Да вы что! Разве так можно! Скажите, дети, что они сделали неправильно?

Дети: Съели много каши.

Ведущий: Ну что, слышали? Какая бы вкусная не была каша, много есть ее нельзя. У всего есть своя норма.

Карлсон: Может нам сделать зарядку, вдруг станет легче.

Ведущий: Ни в коем случае! Вам надо немного отдохнуть.

В зал, оглядываясь по сторонам, входят два микроба.

1 микроб: Они пошли в эту сторону...

2 микроб: А...! Вот они!

Микробы подходят к Карлсону и Пеппи.

Ведущий: Подождите! Кто вы такие?

Микробы: Мы - микробы. Мы теперь всегда будем ходить за Карлсоном и Пеппи.

Ведущий: Карлсон! Пеппи! Подойдите-ка ко мне! Видите этих «друзей», это – микробы. Ну что еще вы сделали не так?!

Карсон и Пеппи: Не знаем.

Ведущий: Дети, скажите, когда появляются микробы?

Дети: Когда не моешь руки перед едой, когда ешь невымытые фрукты и т.д.

Ведущий: Вы мыли руки, перед тем как есть кашу?

Карлсон: Но ведь я мыл их еще утром...

Ведущий: Ну вот! Теперь за вами будут ходить микробы. Ну что с вами делать?! Дети, помогите! Что нужно сделать, чтобы избавиться от микробов?

Дети: Помыть руки с мылом.

Ведущий: Действительно, вода и мыло - наши друзья, которые помогают избавиться от микробов. А когда надо мыть руки?

Дети: Перед едой, после еды, после прогулки и т.д.

Ведущий: Ну что, поняли? Вот вам мыло и полотенце. Идите и вымойте руки.

Карлсон: Говорил же я тебе, Пеппи, что здесь дети очень много знают. Идем мыть руки.

Ведущий: А мы с ребятами пока будем разгадывать загадки.

Гладко, душисто,
Моет очень чисто.
(Мыло)

Костяная спинка,
На спинке щетинка.
По частоколу попрыгала

Всю грязь повыгнала.
(Зубная щетка)

Белая река
В пещеру затекла,
По ручью выходит-
Со стен все выводит.
(Зубная паста)

Хожу – брожу не по лесам,
А по усам и волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.
(Расческа)

В ванной комнате висит, болтается,
За него всяк хватается.
(Полотенце)

Ведущий: А зачем нам нужны все эти предметы?

Дети: Чтобы чистить зубы, вытирать лицо и т.д.

4

В зал входят Карсон и Пеппи, показывают руки.

Карлсон: Посмотрите, какие у нас чистые руки. И микробы от нас отстали, сказали, что в этом детском саду им делать нечего. Здесь все дети всегда ходят чистыми и опрятными.

Ведущий: Видите, сколько пользы мы вам принесли, сколько всему мы вас научили! Дети, какие правила мы сегодня вспомнили?

Дети: Есть только полезные продукты, не есть сразу много, мыть руки.

Карсон и Пеппи: Мы теперь всегда будем их соблюдать.

Ведущий: Ну а теперь самое время сделать всем вместе развлекательную гимнастику!