



государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр «Южный город» пос.
Придорожный
муниципального района Волжский Самарской области
структурное подразделение «Детский сад «Чудо-Град»

Конспект развлечения с детьми и родителями
«Путешествие на остров Здоровья»

Выполнила

воспитатель
Морозова О.В.

**Конспект развлечения с детьми и родителями
«Путешествие на остров Здоровья».**
Подготовительная к школе группа.

Тема:

«Здоровый образ жизни. Витамины и полезные продукты».

Цель:

Знакомить родителей с игровыми и обучающими приёмами в вопросах воспитания у дошкольников культуры здорового образа жизни.

Задачи:

- Дать детям представление о витаминах, содержащихся в овощах и фруктах.
- Расширять знания о полезной и вредной пище.
- Поощрять желание соблюдать режим дня, желание делать по утрам зарядку.
- Развивать ориентировку в пространстве и времени, закреплять умение пользоваться схемой зала.

Материалы и оборудование:

1. Карта – схема движения по музыкальному залу;
2. Письмо от Старичка Здоровячка;
3. Сказочный сундук с тематическими книжками – раскрасками;
4. Демонстрационные плакаты «Дети делают зарядку» и «Овощи и фрукты и витамины, которые в них встречаются»;
5. Демонстрационные часы;
6. Раздаточный материал:
 - Карточки с изображением овощей, фруктов и названием витаминов.
 - Карточки с изображением полезных и вредных продуктов.
 - Карандаши цанговые.

Предварительная работа:

Беседа о фруктах и овощах, чтение произведений Л.Успенского «Чебурашка и все, все, все», д/игра «Мишутка и его часы», чтение стихотворения Е.В. Колесниковой «Кот Антипка», индивидуальные задания на развитие ориентировки в пространстве.

Ход развлечения:

Воспитатель: Ребята, сегодня, рано утром, когда я шла в детский сад, мне встретился Старичок –Здоровячок и передал для вас какую-то карту. Давайте посмотрим её вместе.

Дети вместе с родителями рассматривают карту.

Воспитатель: Посмотрите, на этой карте указано, как добраться до острова Здоровья, а на острове-то спрятан клад, наверное Старичок-Здоровячок хотел, что бы мы с вами нашли этот клад. Ну что, отправимся на остров Здоровья? Тогда, в путь!

Дети под мелодию «Летающий самолёт» оббегают зал, имитируя полёт самолёта.

Воспитатель: Сегодня всё так необычно! Не успели мы с вами приземлиться, и вот, пожалуйста, оказались на необитаемом острове!

Посмотрите, ребята, кто нас встречает, это же ваши родители! Значит так тому и быть, отправимся в путешествие по острову все вместе. Давайте, посмотрим, что написано в карте?

Дети вместе с родителями читают: «Налево, два шага».

Дети выполняют данное действие и оказываются около демонстрационных часов.

Дети: Читают «Полянка режима дня».

Звучит песня старухи Шапокляк муз. Шаинского.

В зал вбегают старуха Шапокляк, роль которой играет родительница.

Шапокляк: Вы тут крыску Лариску не видели? А то она у меня из сумочки выскочила, никак её догнать не могу.

Воспитатель: Да вы, уважаемая, режим дня не соблюдаете, поэтому, и Лариску

свою догнать не можете! Ребята, расскажите старухе Шапокляк, почему нужно соблюдать режим дня?

Шапокляк: Знаю, знаю, сейчас скажете, что все должны жить по режиму дня! Вот у меня есть знакомый кот Антипка, так он хоть и живёт по режиму, а Лариску мою поймать никак не может! Вот, послушайте:

Кот Антипка жил у нас,

Он вставал с лежанки в час,

В два на кухне ел сосиски,

В три - сметану ел из миски

Он в четыре умывался,

В пять по коврику катался

В шесть тащил сельдей из банки,

В семь играл с мышами в прятки,

В восемь – хитро щурил глазки,

В девять шёл к лежанке спать.

Потому что в час вставать.

Воспитатель: Ребята, объясните, пожалуйста, почему кот Антипка не может поймать крыску Лариску?

Дети: Антипка - лодырь, потому что он вставал только в час; он не делал зарядку;

Антипка сначала ел, потом ещё ел и только потом умывался;

Он вообще очень много ел и спал и поэтому, наверное, он был очень толстый.

Шапокляк: Поняла, нужно соблюдать правильный режим дня, и тогда всё получится!

Воспитатель: Ребята, как вы считаете, что такое «правильный режим дня»?

Дети: Нужно вставать пораньше; делать зарядку; умываться; завтракать; нельзя ложиться поздно спать, а то не выспишься; нужно обедать в одно и то же время; днём нужно обязательно спать, а то до вечера устанешь; нельзя до ночи смотреть телевизор, а то утром будет болеть голова.

Шапокляк: Спасибо, ребята, вы всё мне так правильно рассказали, придётся нам с Лариской учиться у вас правильному соблюдению режима дня.

Воспитатель: А нам, ребята, пора отправляться в путь, возьмём с собой старуху Шапокляк? Может и Лариска её отыщется!

Дети выполняют действие, указанное в карте и оказываются около плаката «Волшебная зарядка». Рассматривают детей, изображённых на плакате, которые делают зарядку.

Воспитатель: А для чего нужно делать зарядку?

Дети: Зарядку нужно делать чтобы быть сильными и ловкими; чтобы не болеть; ещё, чтобы было легче просыпаться утром и т.д.

Шапокляк: Но её, наверное, так трудно делать?!

Воспитатель: Ничуть, мы с ребятами и их родителями покажем тебе весёлую зарядку.

«Весёлая физ.зарядка».

1. Эй, девчонки, руки шире,
Сели на пол, как в квартире.
А теперь, все дружно встали,
Руки к поясу убрали,
Шаг всем вправо, шаг всем влево,
Все мы словно королевы.

2. Эй, мальчишки, ноги скрестим
И попрыгаем на месте,
А руками вверх и вниз,
Всем похлопаем на бис,
А потом чихните дружно!
А теперь смеяться нужно!

3. А теперь на плечи руки,
Чтобы ни тоски ни скуки,
Ногу правую вперёд,
А потом наоборот!

3. А сейчас команду слушай:
Ухватить себя за уши,
И наружи языки
И повыше локотки
Ну а после дружно, вместе
Все попрыгаем на месте.

Каждый куплет читает один из родителей, остальные – повторяют движения за детьми.

Шапокляк: Оказывается, зарядку делать совсем не скучно, да и бодрости у меня прибавилось! Хорошо, буду делать зарядку каждое утро, глядишь, и Лариска от меня убежать не будет.

Воспитатель: Ну что же, ребята. Пора нам дальше отправляться. Давайте посмотрим, что на карте нарисовано?

Дети читают с помощью родителей: "Пять шагов вперёд. Идти правым плечом вперёд».

Дети выполняют соответствующие действия и оказываются около уголка "Витаминка». Дети читают название на табличке. Около таблички развешаны плакаты с изображением названий витаминов и овощей и фруктов, в которых они находятся. На столе лежат такие же раздаточные карточки.

Воспитатель: Ребята, а что такое «витамины» и где они живут?

Дети: Витамины такие маленькие, что мы их даже не видим;

Витамины живут в овощах и фруктах;

В каждом овоще или фрукте есть свои витамины.

Воспитатель: А для чего нам нужны витамины?

Дети: Они нам помогают расти; если мы едим овощи и фрукты, то мы не бодем;

А если мы даже заболели, то мама даёт нам сок или фрукты и мы быстрее выздоравливаем.

По окончании беседы, дети замечают, что старуха Шапокляк держит в руках блюдо с фруктами и овощами и с аппетитом ест морковь.

Воспитатель: Вот, пожалуйста, наглядный пример, Шапокляк, сколько тебе лет?

Шапокляк: Да уж и сама не помню.

Воспитатель: Вот видите, как хорошо сохранилась, а всё почему? Да потому что ела продукты богатые витаминами. А где содержится больше всего витаминов?

Дети: В овощах и фруктах.

Воспитатель: А какие вы знаете витамины?

Дети: А, В, С, Д.

Воспитатель: Правильно, ребята, а кто из вас знает про эти витамины загадки, давайте проверим, знают ли ваши родители, какие витамины, в каких плодах хранятся.

Дети по очереди берут со стола карточку с названием витаминов и загадывают загадки про фрукты и овощи, а родители их отгадывают.

«А»: За кудрявый хохолок

Лису из норки поволоку.

На ощупь - очень гладкая,

На вкус – как сахар сладкая. (Морковь).

«В»: Косы есть, а не из волоса,

Зёрна есть, а не из колоса. (Кукуруза).

«С»: Был ребёнок-

Не знал пелёнок,

Стал стариком-

Сто пелёнок на нём. (Капуста).

«Д»: Жёлтый Антошка

Вертится на ножке.

Где солнце стоит,

Туда он и глядит. (Подсолнух).

За каждый правильный ответ, старуха Шапокляк даёт муляж фрукта или овоща, который отгадан.

Воспитатель: Ребята, я вам хочу открыть один секрет, для того, чтобы питаться правильно, нужно знать, какие продукты вредные, а какие полезные.

Шапокляк: Я знаю, я знаю. (Достаёт из своей сумочки карточки с изображением полезных вредных продуктов).

Воспитатель: Опять ты всё перепутала, но ничего, мы тебе поможем разобраться.

П/и «Полезное-вредное».

Ход игры: Дети делятся на две подгруппы: одна подгруппа будет выбирать полезные продукты, другая - бесполезные и, даже вредные. Под музыку дети бегают вокруг стола, с окончанием, каждый выбирает свою карточку. Игра проводится дважды, второй раз играют родители.

Воспитатель: Шапокляк, ты ещё не все фрукты съела?

Шапокляк: Ой, так вкусно!

Воспитатель: Если мы взялись искать клад, то нужно это дело довести до конца! Что на карте нарисовано? (Все вместе рассматривают карту).

По карте дети вместе с взрослыми выходят к накрытому тканью сундуку.

Звучит таинственная мелодия.

С сундука падает покрывало.

Воспитатель: Ребята, вот мы и нашли клад Старичка Здоровячка.

Интересно, что же он решил подарить вам на память?

Дети открывают сундук и достают из него книжки - раскраски о здоровом образе жизни и правильном питании.

Воспитатель: Ребята, мы сегодня с вами узнали о том, что самое главное богатство у человека, это его здоровье, поэтому Старичок Здоровячок решил подарить вам этот бесценный клад. Будьте здоровы, берегите себя. В это время раздаётся писк, дети вторично открывают сундук и находят там крыску Лариску.

Шапокляк: Ну вот, даже моя Лариска знает о том, что здоровье своё надо беречь. Спасибо вам, ребята, теперь мы с Лариской будем делать зарядку по утрам, будем соблюдать режим дня и конечно же будем следить за своим питанием. А сейчас нам пора, до свидания!

Дети прощаются с Шапокляк.

Воспитатель: А сейчас, ребята, нам пора в детский сад, там мы с вами и рассмотрим свои книжки, а наши мамы и папы останутся пока на острове Здоровья, они присоединятся к вам позже. Готовы? Полетели!

Под мелодию «Летающий самолёт» Пахмутовой, дети выбегают из зала.

Список литературы:

Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина «Безопасность», издательство «Детство – Пресс», 2004год.

Н.С. Голицина, И.М. Шумова «Воспитание основ здорового образа жизни малышей», издательство «Скрипторий 2003», 2007год.

Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова «Сценарии занятий по комплексному развитию дошкольников», издательство «ВАКО», 2005год.