**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 комбинированного вида Московского района г. Санкт-Петербург**

**Сценарий совместного досуга детей и родителей**

**«Город здоровячков»**

***(для детей старшего дошкольного возраста)***

**Воспитатель ГБДОУ детский сад № 2**

**Белоусова Мария Дмитриевна**

Санкт-Петербург

2014год

**Сценарий совместного досуга детей и родителей**

**«Город здоровячков»**

***(для детей старшего дошкольного возраста)***

**Программное содержание:** Развивать взаимоотношений детей и их родителей посредством включения в совместную игровую деятельность; создать эмоционально положительную атмосферу в процессе развлечения, условия для проявления познавательных потребностей, интересов; способствовать оздоровлению и укреплению здоровья; доставить радость и удовольствие от совместной деятельности; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, интерес к оздоровлению собственного организма.

**Интеграция образовательных областей*:***

Познавательное развитие*,* речевое*,* социально – коммуникативное развитие, художественно - эстетическое,физическое развитие*.*

**Виды детской деятельности:** игровая, двигательная, соревновательная.

**Предварительная работа**: Беседы о здоровом образе жизни, о предметах личной гигиены», о "Витаминах A, B, C, D .Д/игры "Режим дня", ""Полезные и вредные продукты", "Выбери правильно"; разучивание стихов и правил здорового питания; отгадывания загадок

**Оборудование и материалы** Карточки с изображением режимных моментов, поднос, полезные и вредные продукты

**Ход мероприятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Части праздника | Деятельность действующих лиц | Деятельность детей |
| 1 часть вводная | **Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Здравствуйте уважаемые родители. Рады приветствовать вас в нашем зале. Мы говорим вам «здравствуйте», а это значит, что мы всем вам желаем здоровья!  Что такое «здравствуй»?  Лучшее из слов.  Потому что «здравствуй»  Значит — будь здоров.  Чаще говорите это волшебное слово папе, маме, друзьям, прохожим и вы почувствуете, как у них поднимется настроение.  В народе говорят: «Нет ничего дороже здоровья». Вот и мы сегодня ещё раз поговорим про здоровье, про здоровый образ жизни. И в этом нам будут помогать наши родители.  Как вы думаете, что значит быть здоровым?  **Ведущий:** Молодцы  И так начнем | *Дети заходят в зал под веселую музыку.*  **Дети.** Быть сильным. Не болеть. Быть крепким, выносливым. |
| 2 основная часть | *Дети рассказывают стихотворение*  Знает вся моя семья  Должен быть режим у дня.  Следует, ребята, знать  Нужно всем подольше спать.  Ну а утром не лениться–  На зарядку становиться!  Сейчас мы с вами все и родители то же, встанем в круг и сделаем не большую, но полезную зарядку.  Молодцы! От зарядки мы стали крепкими и сильными. Родители наши тоже молодцы! ". А теперь предлагаю разделиться на две команды:(*Дети с родителями делятся на две команды )* Крепыши и Здоровячки.  **Ведущий:** Что такое режим дня? Это распорядок дня, то, что мы должны обязательно выполнять каждый день и в определенное время суток. На этих карточках изображены различные режимные процессы *(Показ карточек).* Вам надо разложить карточки по порядку, одну за другой, так, как вы выполняете распорядок каждый день.  **Ведущий:** молодцы справились с заданиями. Скажите, а что необходимо еще, чтобы быть здоровыми  Дети:  Кушать овощи и фрукты,  Рыбу, молокопродукты -  Вот полезная еда,  Витаминами полна!  Верно ребята. Помните, что наше здоровье зависит от правильного питания. Еда должна быть не только вкусной, но и полезной.  **Следующий конкурс "Вкусная и полезная пища"**  На подносе лежат полезные и вредные продукты  Вам надо их рассортировать. Каждая команда должна взять один из продуктов и правильно его положить. Если он вреден для здоровья - положить в корзину, если он полезный - на поднос. *(Итог)*  ***Задание родителям:***Сказать в каких продуктах есть витамины А,B,C,D. *(Итог).*  **Дыхательное упражнение.**  **Ведущий:** Молодцы и с этим заданием справились.  Ребята, нужно ли следить за чистотой своего тела и зачем это надо делать?  Дети:  Уважаемые родители, а как надо это делать?  ( *Утром, вечером умываться, чистить зубы 2 раза в день, руки мыть обязательно мылом*)  **Ведущий:** А что еще необходимо помнить и делать?  ( *Надо ходить в чистой одежде, нужно расчесывать волосы несколько раз в ден*ь)  **Ведущий:** А содержать наше тело в чистоте нам помогают разные предметы. А какие именно мы сейчас узнаем (вспомним) разгадав загадки.  Загадываются загадки про, мыло, мочалку, воду, зубную щётку.  Резинка Акулинка  Пошла гулять по спинке,  И пока она гуляла,  Спинка розовою стала  Пластмассовая спинка,  Жёсткая щетинка,  С мятной пастой дружит,  Нам усердно служит.  Ускользает, как живое,  Но не выпущу его я**.**  - Молодцы, отгадали. Никогда не забывайте про таких друзей. Умывайтесь, обливайтесь, закаляйтесь!  *Ведь Микроб*— ужасно вредное животное,  Коварное, а главное — щекотное,  Такое вот животное в живот  Залезет и спокойно  тем живет.  Залезет шалопай и,  где захочет, гуляет.  Он рад, что столько  от него хлопот;  И насморк и чиханье.  *Звучит музыка, вбегает Микроб.*  **Микроб** Я хитрый  - ха-ха-ха. Быть здоровым -чепуха!  Суйте грязный палец в ротик! Как живете, как животик? Ну, а голова болит? Меня это веселит! До чего же я пригож! Я микробушка — хорош!  **Дети -** Плохой, ужасный!  **Микроб**. Да Я самый прекрасный!  **Дети.** Заразный!  **Микроб**. Меня обижают! Бедный я бедный!  **Дети**. Ты, микроб, страшно вредный!  **Микроб**. Ну теперь я от вас не отстану!  **Ведущий:** Уходи, микроб, от нас!» Чтоб с болезнями не знаться, Надо спортом заниматься.  **1-й ребенок**  Не боимся мы простуды, Нам и насморк нипочем, Потому что все мы дружим со скакалкой и мячом!  **2-й ребенок**  Нам лениться — не годится.  Будем помнить мы всегда:  Для здоровья пригодятся  Солнце, воздух и вода.  **Ведущий:** Ты микроб, не отставай, Зарядку с нами выполняй.  *Дети с родителями выполняют ритмическую разминку.*  **Микроб**  Ох, зарядку делать не могу  И сейчас я упаду.  Здоровый образ жизни не для меня,  Ой, умираю, погибаю я.  **Ведущий:** Дети, ногами затопаем, В ладоши захлопаем. Лучше ты, микроб, уйди, Не встречайся на пути! *Микроб убегает*  Молодцы прогнали микроба  **Ведущий:** Помните, правило защиты от микробов.  Чтоб микробы удалить, надо руки чаще мыть.  "Друзьям чтоб микробы не передавать  Не надо им личные вещи давать" | *Ребята и родители выполняют под музыкальное сопровождение комплекс гимнастики*  *Рассказывают стихотворение*  Да нужно, чтобы быть здоровым  Мочалка  зубная щетка  Мыло |
| Заключит. часть | **Ведущий:** На этом наша встреча подошла к концу Запомните эти простые правила и всегда их выполняйте, и будете здоровы  Вот те добрые советы,  В них и спрятаны секреты,  Как здоровье сохранить.  Научись его ценить!  Эти правила важны,  Вы запомнить их должны!  Будьте здоровы! | Дети с родителями под музыку выходят из зала |