|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  | |
|  | |
| Развлечение «Капризкины советы»  Цель: формировать валеологическую компетентность у детей старшего дошкольного возраста. Программное содержание: Закреплять культурно-гигиенические навыки; развивать представление о необходимости сохранения и укрепления здоровья, о безопасном поведении, мышление, фантазию, творчество; упражнять в практических навыках здоровьесбережения; в самостоятельном приготовлении витаминного салата. Оборудование: офтальмотренажер Базарного; спортивный ориентир; повязка для глаз; карточки с изображением мальчика, который: 1.ковыряет в ушах; 2. слушает громкую музыку; 3. сильно сморкается; 4. моет уши; 5. близко смотрит телевизор; 6. читает ночью; 7. трет грязными руками глаза; 8. сутулится 9. сидит, низко наклонясь; 10. спит на перинах. Продукты: огурцы, помидоры, лук, морковь, капуста, яблоки, груши, бананы, апельсины. (в нарезанном виде)  Ход:  К детям приходит мальчик - Капризка. Капризка: Привет, ребята - малышня! Я - Капризка! (Дразнит детей) Я слышал, вы тут такие умненькие – разумненькие, послушные – препослушные! Правда, вы такие? Фу, как скучно и неинтересно! Ну, ничего, я сейчас вас перевредновоспитаю!  Называют меня хулиганом, А я вредничать просто люблю. Я капризами и обманом Маму с папой до слез довожу. Я не слушаю их советы, Все я делаю наоборот…  Я и вас могу научить, Как непослушными быть.  Дам я вам один совет. Если мой совет хороший – Вы похлопайте в ладоши. На неправильный совет – Топайте ногами – НЕТ! Игра «Вредные советы».  1. Если с грязными ногтями две недели походить, То под каждым грязным ногтем можно вырастить картошку. (дети топают)  Капризка: Почему вы топаете? Ведь это здорово! За картошкой в магазин ходить не надо. (дети рассказывают о микробах);  2. Будь опрятным, аккуратным, Чистым с головы до ног. Щеткой зубы и ботинки Регулярно три с утра. (дети хлопают в ладоши);  3. Когда открыв аптечку, ты Найдешь таблетки там, Не привередничай, бери И кушай все подряд.  Капризка: Почему опять топаете? (слушает объяснения детей о вреде незнакомых таблеток).  4. Если чай в стакане долго не желает остывать И уже терпенья нету, на него сидеть и дуть, Свой стакан с горячим чаем на колени опрокинь. На коленях очень быстро чай остынет у тебя. (дети топают и объясняют опасность данного совета)  5. Если ты боишься ночью оставаться в темноте, Захвати с собою спички перед тем, как спать идти. Подожги матрас, подушку, одеяло, простыню. И тебе не будет страшно, станет в комнате светло.  Капризка: Что это вы опять топаете? Вам опять мой совет не нравится? (слушает объяснения детей)  6. Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо. Это глупое занятье не приводит ни к чему. Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо. Так зачем же тратить силы, время попусту терять… (дети топают ногами, объясняют, почему нужно мыться)  Капризка: Ну, все вам не нравится! Все вы хотите делать правильно, боитесь своему драгоценному здоровью навредить. Какие вы знайки – умейки! Скучно быть такими. А, я придумал! Давайте играть, но не в ваши обычные игры, где надо сидеть, стоять, бегать. Давайте сами себе придумаем, как можно двигаться.  Игра – опыт: «Какими способами может передвигаться человек». Дети встают в полукруг (шеренгу) на некотором расстоянии от детей ставится спортивный ориентир. Капризка: Ребята, вы должны придумать разные способы, как добраться до ориентира и по очереди показать, не повторяя друг друга. (дети передвигаются ползком, прыжками, танцевальными движениями, кувырком и.т.д.) Капризка: Ой, как весело! А давайте всегда так ходить? (показывает, например, «пауком»), и дома, и на улице. (нет) - Почему? (не удобно, можно травмироваться, не правильно) - Знаю, знаю, как вы любите ходить. Вот так. (показывает: ходит ссутулившись) Дети объясняют, почему так нельзя ходить. Капризка: А как надо? Покажите. Дети проходят по залу с прямой осанкой. Капризка (лениво): Да помню я! Мама учила меня, как надо держать осанку: плечи отвести назад и опустить вниз. Дети повторяют вместе с Капризкой ходят с прямой осанкой. Капризка: А как надо заботиться о своей осанке? Вот так? (показывает картинки на которых мальчик сутулится; спит на перине; сидит, низко наклонившись) Дети объясняют правила сохранения осанки. Капризка: Ладно, ладно, так и быть, Буду правильно ходить, чтоб осанку сохранить. А я ещё игру придумал!  Игра – эксперимент: «Слушай и повторяй».  Капризка: Я скажу слова, а вы повторите: мама, школа, игрушка. (произносит все тише, но дети повторяют). Ой, как вы хорошо все слова слышите! Изменю правила. Я махну рукой, а вы начнете хлопать, топать, шуметь. В это время я произнесу слова и опять махну рукой, а вы перестанете шуметь и повторите мои слова. (игра проводится 2-3 раза) Капризка: Ха-ха-ха, ничего не услышали! (дразнит) Потому что вы глухие! (дети отвечают, что они не глухие, просто было очень шумно) Капризка: Ой, а я, кажется, сейчас тоже плохо слышу. Что-то с моими ушами стало. (дергает себя за уши) Ой, почему – ничего не пойму? (дети объясняют, что если постоянно находиться в шуме, то уши могут заболеть и может ослабнуть слух) Капризка: Ага, вы ещё скажите, что уши беречь надо. Хочу – не хочу, делаю все, что хочу! Что с ушами будет-то? (показывает детям картинки, на которых мальчик: ковыряет в ушах; слушает громко музыку; сильно сморкается) Дети объясняют Капризке правила сохранения слуха. Капризка: Все мои игры вам не хороши. А вы-то, в какие игры любите играть? (ответы детей)  Игра: «Кот Апанас» («Жмурки»). (проводится 2 раза)  Капризка: Слушайте, это же весело! Можно всем завязать глаза: детям, взрослым, так и ходить, и играть, и обедать! Здорово я придумал? (нет) А что будет-то? (можно упасть, столкнуться) Подумаешь, можно обойтись и без глаз, уши ведь есть! Нам хватит! Дети объясняют Капризке, что без зрения люди не смогут видеть все вокруг, читать книги, смотреть телевизор.  Капризка: Ну-ну, опять они меня учат! Я и сам знаю, зачем мне глаза. Вот, смотрите. (показывает картинки, на которых мальчик: близко смотрит телевизор, читает ночью) Что, опять вам не нравится? Дети объясняют Капризке правила сохранения зрения.  Капризка: А папа мне говорил, что есть гимнастика для глаз. Я смеялся, думал, какая гимнастика, у глаз ведь рук и ног нет! Оказывается, вот какая гимнастика. (показ с повторением вместе с детьми) Гимнастика для глаз. Вправо – влево; вверх – вниз; по кругу; зажмурить – открыть. И офтальмотренажер Базарного.  Капризка: Ой, что-то я проголодался! Хотите, я научу вас варить свой любимый суп «Бурде»? Я беру кастрюлю и…(смотрите рецепт в книге). Хотите такого супчика? (нет) Он что, опять не полезный? А какая пища полезная? (ответы детей) Почему? Что можно приготовить из овощей? (ответы детей) А из фруктов? (ответы детей) Ещё больше есть захотелось. А вам? У меня вот здесь есть эти ваши витаминные овощи и фрукты. Давайте скорее что-нибудь приготовим. Например, салат. Ой, подождите! У нас же руки грязные! Ну и ладно, можно и так, даже вкуснее получится. Дети объясняют Капризке, что руки надо помыть, чтобы микробы не попали в пищу. Капризка: А вот теперь Я вас научу. Руки надо мыть вот так! (поплевал на руки и обтер об себя) Дети объясняют, как правильно и почему именно так нужно мыть руки. Капризка: Ну, ладно, идем мыть руки по-вашему. Дети и Капризка моют руки с мылом под краном с водой.  Практикум: «Витаминный салат» Капризка: А сейчас каждый приготовит свой витаминный салат, какой захочет и расскажет о нём, из чего приготовлен салат. А потом вместе полакомимся салатами.  Капризка: Ой, какую вкуснотищу вы приготовили! Я тоже хочу быть умненьким – разумненьким и послушненьким, как вы. Буду заботиться о своем здоровье. А сейчас я даже слова волшебные вспомнил: «Приятного аппетита!». | |