

Подготовила и провела воспитатель Олейник В.В.  
**Сценарий спортивно – познавательного развлечения для детей 4 – 5 лет**  
**«Витамины – залог здоровья»**

**Цель.** Закрепить знания детей об овощах и фруктах; о месте их произрастания; развивать спортивные навыки: ловкость, сноровку, внимание; воспитывать уважение к соперникам, соблюдать правила игр; создать радостное, эмоциональное настроение от совместных игр.

**Задачи:**

*Обучающие:* совершенствовать умения детей в выполнении знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку; приучать к выполнению действий по сигналу; закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

*Развивающие:* развивать интерес детей к двигательной активности; развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в двигательной деятельности; развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.; развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений.

*Воспитывающие:* воспитывать общую культуру поведения детей; воспитывать у детей желание помогать другим; воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

**Материалы и атрибуты:**

- две корзинки для игры «Вредное - полезное»; набор продуктов (картинки или раздаточный материал, игрушки) вредных и полезных для здоровья (по выбору педагога); набор овощей: огурцы, помидоры, горох; обручи по количеству детей;

угощения или подарки для детей.

**Предварительная работа:** беседы воспитателя с детьми о здоровом образе жизни, вредных и полезных для здоровья продуктах; разучивание стихов об овощах и фруктах; подбор подвижных игр, упражнений для игр с wybranными животными, согласно сценарию;

**Ход мероприятия:**

**Педагог:** Ребята, а какое сейчас прекрасное время года – лето?!

**Дети:** Осень! Осень!

**Педагог:** Разве лето у нас прошло? Неужели наступила осень? А почему осень, как вы узнали?

**Дети:** Осенью падают листья, исчезают насекомые, улетают птицы, в огородах убирают овощи, в садах – фрукты.

**Педагог:** Правильно, сейчас у нас время года осень. И сегодня я приглашаю вас в еще одно увлекательное путешествие в волшебный и полезный город.

Он носит название Огород. И посетить его разрешается лишь тем, кто всегда чист, опрятен, здоров и весел.

А что растет на огороде?

Там морковь, там капуста, там клубничкой пахнет вкусно.

И козла туда, друзья, нам никак пускать нельзя.

**Огородники. Л. Некрасова**

Как без нашей помощи не родятся овощи.

Только лишь пришла весна, мы сажаем семена.

*Все вместе:* Вот какой огород! Удивляется народ

Землю грело солнышко, проростало зернышко

Огурцы, морковь и лук из земли полезли вдруг.

*Все вместе:* Вот какой огород! Удивляется народ.

Ровно три горошины в землю были брошены,

А собрали пять мешков замечательных стручков.

*Все вместе:* Вот какой огород! Удивляется народ.

Ну что, отправляемся в путешествие прямо сейчас! А по пути мы проведем эстафетные игры.

*Дети замечают Зайчика с корзиной (плачет).*

**Педагог:** Здравствуй, Зайка, что случилось? Почему ты так горько плачешь?

**Зайка:** У меня зубки болят, а все из-за мамы! (продолжает хныкать).

**Педагог:** Мама же самый добрый человек на свете, почему ты из – за нее плачешь?

**Зайка:** Она меня обманула, сказала, что для того, чтобы быть здоровым и сильным надо витамины кушать. Вот я и кушал шоколад, конфетки, варенье, а еще вкуснящий витаминный мармелад.

**Педагог:** Ой, Зайчик, кажется мне, что ты что-то напутал. Ребята, как вы думаете, правильные ли продукты кушал Зайка? А почему у него заболели зубы? Какие продукты ему надо было кушать? (*замечает корзину с продуктами*). Зайчик, а что это за корзина там у тебя?

**Зайка:** Там лежат витаминные продукты (*подносит корзину*).

**Педагог:** Ребята, ну-ка загляните в корзину, все ли продукты полезные?

Может, поможем Зайчику и выберем ему полезные продукты, в которых есть витамины, о которых как раз мама ему и говорила.

**Игра «Полезно – вредно».**

*Корзина с продуктами (картофель, морковь, шоколад и т.д.). Дети раскладывают эти продукты в две корзины (полезные и вредные).*

**Зайка:** Спасибо вам, ребята, вы мне очень помогли. У меня даже зубки перестали болеть.

**Педагог:** Ребята, предлагаю еще напомнить Зайчику одну важную вещь про здоровье и чистоту. Что нужно делать перед едой? (*ответы детей*)

**Зайка:** Вот точно, теперь я вспомнил, что мама и об этом мне говорила, руки нужно с мылом мыть, чтоб чистым и здоровым быть!

**Педагог:** Но здоровым и красивым будет тот, кто еще и делает зарядку. Сейчас мы тебя научим зарядку делать.

## **Упражнение на развитие координации речи с движением.**

### **«ЗАРЯДКА»**

Каждый день по утрам делаем зарядку. - *наклоны головы влево - вправо*

Очень нравится нам делать по порядку: - *хлопки в ладоши*

Весело шагать, - *шаг на месте*

Руки поднимать, - *поднять и опустить руки*

Приседать и вставать, - *два приседания*

Прыгать и скакать. - *прыжки на месте*

**Зайка:** Спасибо, ребята, весело было с вами, и много полезного узнал!

Счастливого вам пути!

**Педагог:** Ребята, а вы готовы к соревнованиям? Для этого надо разделиться на две команды.

Команда «Огурцы – молодцы»

Команда «Груши – надерут вам уши»

*Командам раздаются эмблемы.*

Жюри у нас будут... .Соревнования начинаются.

**1. Отгадайте загадку:** Всех круглее и краснее, он в салате всех вкуснее.

И ребята с давних пор очень любят... (Помидор)

#### **Эстафета “Сбор помидор”**

*С одной стороны площадки лежат муляжи помидор не менее 20 штук. На противоположной стороне друг от друга находятся две корзинки. Дети стоят в две шеренги. По сигналу, они начинают переносить по одному овощу “с грядки” до корзинки. Побеждает та команда, у которой в корзинке будет больше “помидор”.*

**2. Загадка:** Дом зеленый тесноват: узкий, длинный, гладкий.

В доме рядышком сидят круглые ребятки.

Осенью пришла беда – треснул домик гладкий,

Поскакали кто, куда круглые ребятки (*горох*)

#### **Эстафета «Собери горошины»**

*С одной стороны площадки на досках прикреплены стручки гороха. Рядом горошины (круги). Подбегая к столу, намазывает клеем горошину, наклеивает её на стручок. Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.*

**3. Загадка:** Я забрался в огород, зонт зелёный там растёт.

Кто-то хитрый под зонтом отыскал тенистый дом.

Эй, ты кто? Ищу, зову, разгребаю я ботву.

Вот он! Вот он! Мой хитрец – вкусный, спелый ... (Огурец)

#### **Эстафета «Солим огурцы»**

*На противоположной стороне друг от друга находится грядка с огурцами (полотно с кирпичиками), на другой стороне стоит ведро. Командам надо*

*быстро перенести все кирпичики в ведра. Побеждает та команда, которая первая засолит огурцы.*

4. Как у бабушки на грядке  
Вырос овощ очень сладкий,  
Проведем мы тренировку -  
Кто быстрее сгрызет морковку.

### **Игра «Кто быстрее сгрызет морковку»**

**Педагог:** И вот мы попали в волшебный и полезный город, который носит название Огород.

*Детей встречает собака.*

**Педагог:** Здравствуйте, а вы кто и что тут делаете?

**Собака:** Я – лохматый пес - Барбос, стою и охраняю огород.

**Педагог:** Какой огород, ведь тут ничего не растет?!

**Собака:** Знаю что не растет, только не пойму, почему?

**Педагог:** Ребята, расскажите Барбосу, почему ничего не растет на огороде в это время года? *(ответы детей).*

**Собака:** А какие овощи растут на огороде, вы знаете? *(ответы детей)*

**Педагог:** Ребята, нужно Барбосу еще напомнить о том, что овощи нельзя есть сразу с грядки. Расскажите, почему нельзя, и что нужно сделать? *(ответы детей)*

**Собака:** Вот спасибо, вам, ребята, буду теперь знать, что зимой можно не охранять огород. А своего хозяина с немывыми овощами за стол не буду пускать. А вы сами знаете про овощи стихи, фрукты? Хочу вас послушать. *(Воспитатель надевает детям шапочки- ободки, дети читают по очереди стихи про овощи)*

**Лев:** У морковки красный носик,  
Сочный, вкусный, сладкий плод.  
А зелёный пышный хвостик  
Украшает огород.

**Даша:** Ох, уж этот злющий лук!  
С ним узнаешь столько мук!  
Жжет глаза и жжет язык,  
Заставит плакать в один миг.

**Ульяна:** Думаю, из овощей,  
Лучше всех - картошка,  
Без нее не сварить щей,  
Не поешь окрошки.

- Я картошка круглая,  
Красивая и смуглая!  
Чтобы не состариться,  
Пойду в кастрюле париться!

**Артем:** Погляди на огурец,  
Огурец – такой хитрец!  
Ловко одевается,  
Под листьями скрывается.

**Соня:** Желтый, солнечный лимон,  
Он полезен с чаем,  
А без чая кислый он -  
Мы про это знаем.

**Коля:** Что за грохот — бум-бум-бум -  
Яблочко упало!  
В травке яблочко найдём  
Чтобы не пропало.

**Диана:** Называют меня грушей.  
Я скажу, а ты послушай:  
Полюбите меня, дети!  
Я полезней всех на свете

**Денис:** Вот полоска — раз, два, три,  
Мякоть спелая внутри.  
— Это, мамочка, арбуз,  
Прямо сахарный на вкус!

**Катя:** Кабачок, кабачок  
Подремать лег на бочок.  
Ты похож на поросенка:  
Хвостик завитушкой тонкой.  
Только где же пяточок?

**Данил:** Я – толстый красный помидор,  
Люблю детишек давних пор.  
Я – витаминов сундучок,  
А ну-ка, откуси бочок!

**Инга:** А я - сочная капуста,  
Витаминами горжусь.  
В голубцы, борщи, салаты  
Я, конечно, пригожусь.  
А какие вкусные  
Щи мои капустные!

**Варя:** С белым хвостиком редиска  
Зарумянила бочок,  
С грядки нам сестра Раиска  
Собрала большой пучок.

**Рома:** Любим мы свеклу, морковку  
И капусту тоже есть.  
Потому что витамины  
В овощах и фруктах есть.

**Никита:** Не боеем больше гриппом,  
Не боимся сквозняка

Все таблетки заменяет  
Нам головка чеснока.

Ешьте овощи и фрукты-  
Это лучшие продукты.  
Вас спасут от всех болезней.  
Нет вкусней их и полезней.  
Подружитесь с овощами,  
И с салатами и щами.  
Витаминов в них не счесть.  
Значит, нужно это есть!

**Собака:** За то, что вы мне столько полезного рассказали, стихи прочитали, предлагаю вам поиграть!

### **Игра “ Собери овощи и фрукты ”**

*Одна команда собирает в корзинку овощи, а другая - фрукты.*

**Педагог:** А сейчас мы проверим, как справились с заданием команды. *Берет корзинку с овощами.* Как мы назовем эти дары природе? А где растут овощи? Что можно приготовить из овощей? (*салат, суп, их можно варить, жарить и есть сырыми*).

Проверим в другой корзинке. *Берет корзинку с фруктами, показываю детям, они называют их.* А как их можно назвать одним словом? А где растут фрукты? Что можно приготовить (*компот, кисель, сварить варенье*). Но лучше их есть сырыми. В них много витаминов, которые нужны для роста и здоровья.

### **Игра «Займи место на грядке».**

*Дети занимают места на «грядке» (обручи). Звучит музыка, дети бегают по площадке, музыка останавливается – дети занимают места в обруче. Кому не хватает места – выходит из игры.*

**Педагог:** Спасибо тебе за игру, Барбос. А наше путешествие подошло к концу. Много сил потратили на все это и теперь нам нужно отдохнуть, набраться сил. Мы возвращаемся в группу.

*В корзинку рекомендуется положить овощи, фрукты, витамины по количеству детей.*