

## Сценарий праздничного развлечения «Неболей-ка»

**Подготовили:**

Сидоренко А.В., Инструктор по физической культуре  
Санжарова Светлана Ивановна, воспитатель

**Оборудование и материалы:** арка-вход с надписью «Страна Неболейка», костюм Короля, предметы личной гигиены для дидактической игры «Чудесный мешочек», макет дерева, карточки с изображением продуктов питания для дидактической игры «Чудо-дерево», шапочки-витамины (А, В, С, Д, Е), нарезанные фрукты и палочки для шашлыка, три стола, скатерти, бумажные салфетки, ширма, за которой стоят два таза и чайник с водой для мытья рук, тканевые салфетки, мыло.

### Ход развлечения

**Дети под музыку заходят в зал.**

**Воспитатель :** Я хочу пригласить вас в необычное путешествие. Но сначала расскажу я вам старую легенду:

«Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить людьми планету Земля. Стали решать... Каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным».

Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаюсь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в тебе, и в тебе (3-4 ребёнка), в каждом из нас. Сегодня, ребята, мы отправимся с вами в необычную страну «Неболейка». Кто из вас хочет быть здоровым? *(ответы детей)*

**Чтобы громче пелись песни,  
Жить, чтоб было интересней,  
Нужно сильным быть, здоровым!  
Эти истины не новы! (все вместе)**

- Ну что, нам пора отправляться в путешествие. Вы готовы? Ну, тогда в путь.

**Неожиданно появляются Неряха и Грязнуля.**

- Кто пришёл в неожиданный час? Путешествие у нас. Мы гостей уже не ждали.

Посмотрите - странный вид. Он о чём-то говорит.

Кто такие? Отвечайте! Праздник нам не нарушайте.

**Грязнуля:** Угадайте, кто мы.

Не люблю я, братцы, мыться. С мылом, щёткой не дружу.

Вот поэтому, ребята, Вечно грязная хожу.

И сейчас не потому ли назовут меня... (Грязнулей)

**Неряха:** Честно я скажу, ребята,  
Быть опрятным, аккуратным - очень трудно...

Сам не знаю, почему. Вещи всюду я бросаю

И найти их не могу. Что схвачу, в том и бегу.

Где штаны? А где рубаха? Я не знаю. Я... (Неряха)

**Воспитатель:** Зачем вы к нам явились?

**Грязнуля:** Мы думаем, что здесь найдём себе друзей.

**Неряха:** Наверняка, среди этих ребят много грязнуль и нерях.

**Воспитатель:** Нам, увы, не по дороге. Унесите, братцы, ноги!

Не найдёте среди нас Вы друзей себе сейчас!

**Грязнуля и Неряха:** Не прогоняйте нас, пожалуйста!

**Воспитатель:** Ребята, а может, мы возьмём их с собой в страну «Неболейка», и они станут чистыми, аккуратными?

**Дети:** Да!

**Воспитатель** (обращается к Грязнуле и Неряхе): Хотите с нами побывать в стране «Неболейка»?

**Грязнуля:** Что это за страна?

**Неряха:** А там не страшно?

**Воспитатель:** Бояться нечего. Ребята вам помогут.

**Грязнуля и Неряха:** Согласны.

**Дети под музыку летят на воздушных шарах по кругу.**

**Стоят стражники возле арки-входа.**

**1 стражник.** Мы не пропустим вас в страну Неболейка, если вы не ответите на наши вопросы и не выполните наши задания.

**Дидактическая игра «Чудесный мешочек».**

**2 стражник.** Вы должны наощупь угадать предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказать, для чего они предназначены и как ими пользоваться.

**1 стражник.** А теперь угадайте загадки о жителях нашей страны.

**Загадывают загадки о жителях страны.**

**1-й.** Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.

(Мыло)

**1-й.** Пластмассовая спинка,  
Жесткая щетинка,  
С зубной пастой дружит,  
Нам усердно служит.

(Зубная щетка)

**1-й.** Вытираю я, стараюсь,  
После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –  
Нет сухого уголка.

(Полотенце)

**2-й.** Хожу-брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,  
Чем у волков, у медведей.

(Расческа)

**2-й.** И сияет, и блестит,  
Никому оно не льстит,  
А любому правду скажет –  
Все как есть ему покажет.

(Зеркало)

**2-й.** Хвостик из кости,  
На спинке – щетинка.

Эта вещь поможет нам  
Чистить брюки и кафтан.

(Щетка)

**1 стражник.** Молодцы, вы справились со всеми нашими заданиями!

**2 стражник.** Добро пожаловать в страну Неболейка!

*(Дети проходят в арку под фанфары и садятся на стулья)*

**Выходит Король страны Неболейка** (воспитатель переодевается).

**Король.** Здравствуйте! Я очень рад вас видеть и приветствовать в моей стране Неболейка!

А как вы понимаете, что значит быть здоровым? *(Ответы детей)*

Верно, это когда не болеешь, растешь, когда хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и многое можешь сделать.

- А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить свое здоровье? Есть такая поговорка: **«Я здоровье берегу, сам себе я помогу».**

Так как же можно укрепить свое здоровье? Как вы думаете? (*Ответы детей*) Закаляться, делать зарядку, купаться в море, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, делать точечный массаж.

- А что вы делаете в детском саду, для того, чтобы быть здоровыми и не болеть? (*Ответы детей*). Да, каждое утро делаете зарядку, гуляете на свежем воздухе, повара на кухне готовят вам вкусную здоровую пищу, когда мы выходим на прогулку Мария Николаевна открывает окна, проветривает помещение, чтобы воздух был чистым.

- А еще я хочу научить вас **делать самомассаж**. Послушайте, что означает это слово. Что такое «массаж»? Это поглаживание, растирание, надавливание. А первая часть слова «самомассаж» - «само» говорит о том, что массаж человек делает себе сам. Предлагаю вам вместе со мной сделать самомассаж.

### **Самомассаж**

Лобик мыли? Щечки мыли? Ушки мыли? (круговыми движениями пальцев рук потереть точки). Ручки мыли? (трут рукой об руку).

Все помыли? Чистые теперь! Открыть к здоровью дверь!

**Король.** Вот вы говорили, что для здоровья необходимо правильно питаться. А что это значит?

**Грязнуля:** Я знаю, это – лимонад и шоколад.

**Неряха:** Нет это чипсы и сухарики.

**Король.** Ребята вы согласны? Совет я мудрый дам.

Знай, не всё, что продаётся здоровью пользой обернётся.

Это - вкусно, то - полезно, что - то вовсе бесполезно.

**Выяснить это нам поможет игра «Исправь меня!».**

**Король. Жёлтая Фанта - напиток для франта**

Будешь Фанту пить, смотри, растворишься изнутри (дети исправляют ответ).

**В мире лучшая награда – это плитка Шоколада.**

В мире лучшая награда – это ветка Винограда.

**Знайте, дамы, господа: “Сникерс” - лучшая еда.**

Будешь кушать “Сникерс” сладкий, будут зубы не в порядке.

**Если много есть Горчицы – полетишь быстрее птицы**

Будешь много есть горчицы, будешь злей самой волчицы.

**Я собою очень горд, я купил сегодня торт.**

Фрукты, овощи полезней, защищают от болезней.

**Даёт силы мне всегда очень жирная еда.**

Даёт силы нам всегда витаминная еда.

**Король.** Молодцы, вас не запутаешь. Ребята, я предлагаю вам стать садовниками здоровья, давайте вырастим **чудо-дерево** (на столе карточки с продуктами, дети выбирают полезные для здоровья и вешают на дерево. Например, яблоко-полезное, конфета-нет).

**Проводится игра «Чудо-дерево».**

**Король.** Полюбуйтесь своей работой. Вот так чудо-дерево получилось - почки полезными плодами распустились.

**Мы запомним навсегда: (все) Для здоровья нам нужна витаминная еда!**

**Король.** Я открою вам секрет: чтобы быть здоровым, сильным, бороться с микробами и не поддаваться болезням, нужно кушать витамины. Витамины как солдаты охраняют наш организм от злых вредных микробов и разных болезней. У витаминов есть имена, их зовут А, В, С, Д, Е.

**Выходят дети-витамины.**

**ВИТАМИН А** – Я витамин роста. Я помогу вам расти, а также сохраню зрение.

**ВИТАМИН В** – Я помогаю усваивать пищу.

**ВИТАМИН С** – Я укрепляю организм и защищаю от болезней.

**ВИТАМИНА Д** – Я важен для роста и укрепления костей.

**Витамин Е** – Меня зовут витамин Е. Я необходим для здоровья вашей кожи.

**Король.** А вы знаете, где живут витамины? *(Ответы детей)* Витамины живут в овощах, фруктах, ягодах и других продуктах.

**ВИТАМИН А.** Чтобы у вас были всегда зоркие здоровые глазки, нужно кушать витамин А. Я живу в оранжевых и красных овощах и фруктах.

Подумайте и назовите оранжевые овощи и фрукты, в которых живет наш **витамин А?** *(Ответы детей)* Да. Это морковь, тыква, яблоко, болгарский перец. А еще этот витамин есть в рыбе, яйцах.

- Помни истину простую – лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую или пьет морковный сок.

**Король.** Чтобы сохранить здоровыми свои глазки, мы сделаем гимнастику для глаз.

**Гимнастика для глаз "Смотрим по сторонам".**

Поведи глазами влево незаметно, невзначай.

Кто с тобою рядом слева громко, быстро отвечай?

А теперь глазами вправо ты внимательно смотри.

Кто с тобою рядом справа тихо-тихо говори.

А теперь посмотрим вверх – там высокий потолок.

А сейчас прикроем веки и посмотрим на носок.

**Король.** Продолжим знакомство с витаминами.

**Витамин В:** Меня вы можете найти в орехах, рисе, молоке, яйцах, мясе, рыбе.

**Витамин С:** Для того, чтобы ваш организм был как крепость, не подпускал злых микробов и не позволял им заразить вас болезнями очень нужен витамин С. Я живу во всем кислом.

**Король:** Как вы думаете, в каких продуктах питания мы можем найти витамин С? *(Ответы)* Это лимон, апельсин, шиповник, мандарин, смородина, клубника.

- От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

**Витамин Д:** Я редко встречаюсь в привычных продуктах, овощах и фруктах. Меня вы можете найти в сыром яичном желтке, твороге, сливочном масле, печени, морепродуктах.

**Витамин Е:** А я живу я в зеленых овощах, фруктах и зелени. Назовите их. *(Ответы детей)*. Это петрушка, киви, капуста, зеленый лук.

**Король.** А сейчас давайте споём песню о витаминах.

**Песня «Витаминка».**

**Король.** А теперь, давайте поиграем в игру «Витаминка». Сейчас каждый из вас станет каким-то витамином (**раздать бейджики**).

Я буду рассказывать о каком-то витамине, а вы должны угадать какой это витамин, выйти в круг и станцевать нам *(простые танцевальные движения)*.

**Проводится подвижная игра «Витаминка».**

**Король.** Итак, запомните Правило "**Не садиться за стол, если на нем нет овощей.**

**Отдавать предпочтение растительной пище"**. А теперь скажите, вы знаете пословицы и поговорки о здоровье?

**Дети:**

1. Чистота - залог здоровья.
2. Самое большое богатство - здоровье.
3. Здоровье всему голова.
4. Имеем здоровье - не бережём, а потеряем плачем.
5. Нет счастья без здоровья.
6. Спиться - здоровиться.
7. Весёлый смех - здоровье.
8. Человек без здоровья, как дерево без корня.
9. Здоровье - как зеркало, разобьёшь - не склеишь.
10. Здоровье не купишь за деньги.

**Король.** А теперь давайте порадуем свой организм витаминами, которые живут в этих фруктах (показывает яблоки, мандарины, киви, бананы). Я предлагаю вам сделать вкусный и очень полезный фруктовый шашлычок. На эти деревянные палочки(показывает) мы нанизываем вот эти нарезанные кусочками фрукты (показывает). Но прежде чем приступить к приготовлению шашлычка, что необходимо сделать? (Ответы детей) Конечно, помыть руки, чтобы микробы с наших немых рук не попали на пищу, а оттуда к нам в организм. (Дети подходят к ширме с водой, моют руки с мылом, вытирают тканевыми салфетками)

**Приготовление фруктового шашлычка.** В процессе приготовления Король (воспитатель) оказывает помощь детям, испытывающим затруднения, задает вопросы: какой из этих фруктов твой любимый? Сейчас ты нанизываешь какой фрукт? По окончании работы желает всем приятного аппетита. Дети угощают фруктовым шашлычком гостей из других групп, присутствующих на развлечении.

**Король.** Посмотрите, ребята, что произошло с нашими Грязнулей и Неряхой! (лица детей и руки вымыты, одежда чистая и опрятная). Ну что, Грязнуля и Неряха, понравилось вам наше путешествие? Что нового вы узнали? Ну что, дети, остаёмся жить в стране Неболейка?

- Я вижу на ваших лицах улыбку. Это очень хорошо! Ведь радостное, хорошее настроение помогает нашему здоровью. Угрюмый, злой и раздражительный человек легко поддается болезни. А хорошее настроение и улыбка – как защита от болезней. Давайте же чаще дарить друг другу улыбки.

**Песня «Солнце, воздух и вода!»**

Дети: Доброго вам всем здоровья!

