**Сценарий развлечения "Поколение ЗОЖ"**

***Провела: 05.07.2024***

***Торопова СВ, инструктор по физической культуре, ВКК***

**Ведущий:** Здравствуйте уважаемые участники нашего мероприятия, посвященного Здоровому образу жизни. А кто знает, что такое ЗОЖ?

**Ведущий:** в нашем детском саду произошла такая необычная история с воспитанником подготовительной группы Илюшей.

Внимание на экран.

*Ролик сценки про вредные привычки*

**Ведущий:** Какая поучительная история! Ребята, поможем Илюше избавиться от вредных привычек (*дети соглашаются)*, для начала давайте повторим основные компоненты Здорового Образа Жизни:

- правильное питание;

-борьба с вредными привычками;

- двигательная активность;

- режим дня;

- личная гигиена и закаливание;

- положительные эмоции.

**Ведущий:** Первое задание – проведем зарядку (старшие дети и средние))

Ведущий: Объявляю первое задание - блиц-турнир. Команды отвечают по очереди на 3 вопроса. Отвечаем сразу, времени на обдумывание нет.

Вид спорта, в котором играющие команды пытаются забить мяч в ворота противника. (футбол)

1. Какое количество людей могут пользоваться одной и той же расчёской? (1 чел.)
2. Какой предмет помогает вовремя проснуться? (будильник)
3. Вид спорта, связанный с преодолением вплавь различных расстояний на скорость. *(плавание)*
4. Что нужно делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? *(зарядку)*
5. Какой орган чувствует, что с кухни пахнет пирожками? *(Нос)*

На вопросы отвечает команда детского сада №….

1. Вид спорта, в котором играющие команды пытаются забросить мяч в корзину противника. *(баскетбол)*
2. Как называется распределение времени на сон, еду и активность? *(режим)*
3. Какой орган определяет, что огурец соленый, а лук горький? *(Язык)*
4. Вид спорта, в котором играющие команды стараются забить шайбу в ворота противника. (хоккей)
5. При помощи какого прибора делают воду пригодной для питья? (фильтр)
6. Какой орган слышит, что мама зовет обедать? (Ухо)

**Ведущий:** Отгадайте загадку

Я под мышкой посижу

И что делать укажу:

Или уложу в кровать,

Или разрешу гулять.

Какой ответ, отгадайте?

**Игра с градусниками**

**Следующее задание «Кот в мешке».** Ребята, вы, знаете, что это за выражение «Кот в мешке»? …

Это выражение означает, что нас ждет какая-то неожиданность, попробуйте отгадать, **какой предмет** лежит в мешке, по нашей подсказке. Время подумать над ответом 30 секунд.

|  |
| --- |
| «Кот в мешке» для команды  **Этот предмет ускакал, как лягушка от мальчика-грязнули героя детской сказки**  (подушка) |
| «Кот в мешке» для команды  **Летающий герой этой сказки регулярно лечил все болезни этим сладким средством**  (варенье) |
| «Кот в мешке» для команды  **При помощи этого сказочного существа, ленивый герой этой сказки не слазил с печи**  *(щука)* |
| «Кот в мешке» для команды  **С помощью этого предмета, герой сказки поднимался к неправильным пчёлам, чтобы добыть себе мёд**  (шарик) |

**Видеоролик со скакалками (паказ)**

**Ведущий:**  а сейчас я читаю пословицу, по теме Здорового образа жизни, вы должны ее закончить

**Двигайся больше, проживёшь?** Дольше

**В здоровом теле ?** здоровый дух

**Береги платье снову, а здоровье** смолоду

**Здоровье за деньги** не купишь

**Ведущий:** Дорогие ребята, мы выполнили все задания, вы показали отличные знания правил здорового образа жизни. Молодцы! В награду покажем вам мультфильм

**Мультфильм**