

## Конспект досуга для детей старшего дошкольного возраста

### «Эти удивительные растения»

Цель: закрепить знания детей о лекарственных растениях, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Ход досуга:

Ведущий приглашает детей пройти в зал, где их ждут неожиданные встречи и интересные игры.

Ведущий:

-Вот и пролетело лето! Вы отдохнули, набрались здоровья. Лето прошло очень быстро и на смену этому прекрасному времени года пришла красавица осень. Как изменилась погода с приходом осени?

Да, к сожалению, стало намного холоднее, дуют сильные ветры, часто идет холодный дождь. Люди осенью чаще болеют... Но, не будем о грустном! Ведь мы с вами много знаем, много умеем и справимся с любыми неприятностями.

И давайте сегодня с вами поговорим о самом важном для любого человека!? А о чем вы узнаете, отгадав кроссворд.

Вопросы к кроссворду:

1.Сладок он, и кто ж не рад

Есть сушеный виноград?! (изюм).

2.Для него ищут пчелы нектар на цветах,

Он полезный и сладкий, цветами пропах (мед).

3.Детенышам разным оно обязательно.

Эта белая жидкость полезна, питательна (молоко).

4.Растет зеленый кустик.

Дотронешься, укусит! (крапива).

5.Просто есть его - нет смысла!

Очень-очень-очень кисло!

Чай, зато улучшит он

И полезен всем...(лимон).

6.Стелется кустарник на болоте, на упругих кочках, наверху,

Красную там ягоду найдете-шарики, лежащие во мху (клюква).

7.Растение с корнем целебным, оно

На Дальнем востоке известно давно. (Женьшень)

8.Враг он вирусов всяких,

Зубки дают острый сок.

Имеет очень резкий запах.

Он - родственник лука...(чеснок).

Отгадав кроссворд, дети читают слово «ЗДОРОВЬЕ».

Вдруг, слышится громкое «АПЧХИ».

Входят клоуны Ох и Ах.

-Здравствуй, Ох!

-Здравствуй, Ах! Что, хвораешь ты никак?

-Нет, я не хвораю, я просто умираю...

-что с тобою, милый Ох? Ну, совсем-совсем ты плох!

-Тут болит и там болит! Тут стреляет, там ломает, ничего не помогает!

-Ну, а врач что говорит? Отчего же все болит?

-А к врачу я не ходил! Я таблетки сам купил!

-Ты купил таблетки сам? Не ходил ты к докторам?

Как же так? Ребенку ясно-самолечение опасно!

-Ну, и как теперь мне быть? Пить таблетки иль не пить?

Будет, кто меня лечить?

-чтоб таблетки не глотать, ты заканчивай хворать!

Физкультурой занимайся, плавай, бегай, закаляйся!

Не болеть чтоб, принимай по утрам душистый чай!

Ну, а если же ты вдруг приболеешь все же,

То тебе, мой милый друг, помочь природа сможет!

-Помочь природа????

-Да, да, да!

-Ха! Какая ерунда!

-Нет, совсем не ерунда!

Ведущий: Ох и Ах, не ссорьтесь! Тихо! Успокойтесь!

Каждый - каждый из ребят рассказать вам будет рад,

Какие целебные растения бывают,

Как они здоровыми нам быть помогают!

Ребята, давайте расскажем нашим гостям, какие растения помогают человеку сохранять здоровье, не болеть.

Посмотрите, что есть у меня в корзине:

Мед-от боли в горле, простуды. Мед успокаивает.

Малиновое варенье-от простуды.

Мята – успокаивает, помогает уснуть.

Лимон-источник витамина С.

Шиповник-источник витамина С. Помогает не заболеть.

Чеснок - убивает все болезнетворные микробы.

Ромашка лекарственная – убивает микробы.

Цветки липы – помогают от кашля, простуды.

Крапива – помогает при кашле.

Клюква - содержит витамины.

Клоунам предлагают выпить травяного чая с лимоном, медом и вареньем.

Ах, получив заряд бодрости от выпитого чая, сообщает детям, что он знает, что бороться с болезнями помогают прогулки, активный образ жизни и спорт. Просит детей, показать какую утреннюю гимнастику они выполняли сегодня утром.

После зарядки дети рассказывают Оху и Аху какие еще растения и как помогают человеку (мать и мачеха, сирень, подорожник).

И предлагают отгадать загадки:

Лечит раны, порезы, ожоги. Он обычно растет у дороги. (Подорожник).

Во рту холодок от ее аромата...Тебя успокоит душистая...(мята).

Он желтый, лечебный,

Зверь может любой

к нему подойти, хоть зовут...(зверобой).

На кустах колючей дикой розы

Растут витамина С большие дозы (шиповник).

Красненькая Матрешка-беленько сердечко (малина).

Ах захотел проверить знают ли дети части своего тела и предлагает игру «Покажи быстрее».

В конце досуга клоуны благодарят детей за полученные знания и обещают не глотать сразу таблетки, а поддерживать свое здоровье с помощью удивительных растений.

В конце досуга детям предлагают выпить всем вместе душистого чая с медом, лимоном, вареньем. Ведь хорошее настроение - тоже важный фактор для сохранения здоровья.

