**Сценарий праздника «В мире лекарственных трав».**

**Цель:** воспитание у детей основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

*обобщающие:*• закрепить представления о пользе меда для здоровья человека;

расширить представления о лекарственных растениях, о лечебных свойствах лекарственных растений; об использовании их в целях оздоровления;

*развивающие:*
• развивать двигательные умения, навыки;

*воспитательные:*
• воспитывать у детей любознательность, бережное отношение к природе.

**Предварительная работа:**

Беседы: «О пользе меда», «О целебных свойствах растений», рассматривание альбома с лекарственными растениями, дидактические игры «Аптека», «Фитодоктор», разучивание пальчиковых, подвижных игр, упражнений на дыхания, просмотр мультфильма «Сказка про лекарственные растения», отгадывание загадок о лекарственных растениях.

 **Материалы и оборудование:** 4-5 обручей большого диаметра, иллюстрации с изображением лекарственных растений: одуванчик, ромашка, календула, мята; аптечные упаковки с травяными сборами, мед, термос с горячей водой, мягкие модули, кружки по количеству детей. **Ход развлечения:**
*Звучит музыка и в зал «влетает» пчелка. Кружит по залу и напевает*
**Пчелка Майя:**
- О, какие чудеса!
Я - красавица пчела! Работяща и умна.
Утром рано я встаю, чищу крылышки, жужжу!
От цветочка тут и там сладкий соберу нектар.
Мой душистый вкусный мед от простуд убережет!

**Дыхательная гимнастика** «Понюхай цветок»

(*предлагает детям вдыхать аромат цветов и произнести на выдохе без напряжения голоса «Ах-х-х»).*

**Пчелка Майя:**

- Это я пчелка Майя. Я принесла с собой бочонок меда от всех моих подружек (показывает детям). Мы живем вместе в маленьком домике, который называется улей. Все лето мы летаем над лугами и полями и собираем мед в соты. Но приключилась беда. Домик наш сломался. Что же теперь делать и не знаю? Без домика мы все погибнем. Что же нам делать?

**Ведущий:**
- Посмотри, сколько здесь детей, они с удовольствием помогут тебе, и построят, новые ульи для тебя и твоих подруг.

*Игра «Собери улей» (из мягких модулей)*

**Пчелка Майя:**

- Ну, теперь нам не страшна зима. Меда хватит на всех пчел. Да и вам останется.

Ребята, а вы знаете какую пользу, приносит мед здоровью человека? (*он лечит от разных болезней*) От каких болезней он может излечить? (*от кашля, от гриппа, бронхита, от простуды*) (Ответы детей).

**Пчелка Майя:**

Мёд - удивительное природное лекарство. Успокаивает и согревает весь организм. Смягчает и питает кожу. Поэтому его добавляют в мази, крема, шампуни. С медом пьют чай при простуде.

*Подвижная игра «Пчелки»*

*Пчелка Майя, ты не хочешь с нами поиграть в подвижную игру, которая называется пчелка. В этой игре пчелки тоже собираю мед. Ребята расскажут, как надо играть в эту игру.*

На площадке в свободном порядке расположены обруч - «ульи». Игроки - «пчелки» занимают ульи по 4-5 человек. По команде «Пчелки, полетели за медом!» дети разбегаются по площадке врассыпную, имитируя руками взмахи «крыльев». По команде «В ульи!» летят в свои домики. Игра повторяется 3-4 раза, отмечаются пчелки, которые собрались в своем домике быстрее других.

**Пчелка Майя:**

Ребята, может, вы не знаете, но издавна люди лечатся медом. И еще они заметили, что больные животные уходят в лес, на луг, чтобы съесть какую-нибудь травку для того, чтобы выздороветь. Так и человек стал искать помощи у разных растений, замечать, что одни травки помогают заживлять ранки, другие лечат от кашля, третьи придают сил и здоровья.

Есть растения такие, они вовсе не простые.

Если что-то заболит. Эта травка исцелит!

Как же называются эти волшебные травки?

*(лекарственные растения)*

*Ведущий показывает картинку, загадывает загадку*

*Ребята, я буду загадывать вам загадки, а вы слушайте внимательно о каком лекарственном растении идет речь.*

Стоит в саду кудряшка –

Белая рубашка,

Сердечко золотое.

Что это такое? (*Лекарственное растение - ромашка*)

- Отваром ромашки полощут горло при ангине, пьют отвар при кашле и температуре, промываю глазки и носик. Купают малышей в воде с отваром ромашки, ополаскивают волосы, чтобы они были здоровые, блестящие, красивые.

А чтобы приготовить отвар, нужно много ромашек собрать. Посмотрите у нас целая поляна ромашек. Давайте будем собирать, чтобы потом можно приготовить ромашковый отвар.

*Игра «Собери ромашки».*

*Ведущий показывает картинку, загадывает загадку*

На зеленой круглой ножке

Вырос шарик у дорожки, ветерок вдруг прошуршал

И развеял этот шар. (*Одуванчик – это тоже лекарственное растение*)

- А чем это растение полезно? Корень одуванчика выкапывают, моют, сушат, перетирают в порошок и используют при многих болезнях. Его заваривают для улучшения аппетита, лечат зубную боль. Из свежих зеленых листьев весной делают полезный салат. А из желтых цветов варят варенье.

*Упражнение для дыхания «Подуй на одуванчик».*

А давайте вспомним. Как мы летом дули на одуванчик.

«Подуй на одуванчик, на беленький цветочек.

Подуй, подуй сильнее, и станешь здоровее» — и, набрав носом воздух, подуть на кисти рук («одуванчик»).

Ребенок делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот.

*Ведущий показывает картинку, загадывает загадку*

Что за странные цветки

Под названьем Ноготки?

Так похожи на ромашки –

Все в оранжевых рубашках.

Дети: *Календула.*

- Отвар календулы применяют для полоскания горла при ангине, при простуде, при насморке Календула прекрасное средство при кашле, еще ее используют для заживления ран, ушибов, ожогов.

Каждый цветочек открывает свои лепестки с восходом солнца, а после заката – закрывает их.

*Пальчиковая гимнастика «Наши алые цветки»*

Наши алые цветки (ладони соединены в форме тюльпана)

Распускают лепестки (пальцы медленно раскрываются)

Ветерок чуть дышит (производятся плавные покачивания кистями рук)

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки (пальцы медленно закрываются)

Тихо засыпают,

Головой качают (производятся покачивания головой цветка)

*Ведущий показывает картинку, загадывает загадку*

Вкусен чай и ароматен.

С ней он легок и приятен:

Листочки сорваны, помяты.

Что ты вдыхаешь? - Запах... (*мяты*)

С помощью мяты лечат простуду, и заваривают чудесный чай, который поможет при усталости и болезни.

**Пчелка Майя:**

А сейчас ребята, я вам покажу, как приготовить лечебный и ароматный чай из знакомых нам трав (ромашки и мяты). Для этого мы берем заварочный чайник. Насыпаем в него ромашку, мяту. Заливаем горячей водой. Накрываем чайник крышкой, и ждём, пока настоится.

А пока настаивается, я вас научу, что надо делать, чтобы не болеть.

*Массаж биологически активных точек «Неболейка»*

Чтобы горло не болело,

Мы его погладим смело.

(*Поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху вниз.)*

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать.

*(Указательными пальцами растирают крылья носа.)*

Лоб мы тоже разотрем

Ладошки держим козырьком.

*(Прикладывают ко лбу ладошки козырьком и растирают его движениями в стороны одновременно.)*

«Вилку» пальчиками делай,

Массируй уши, ты умело.

*(Раздвигают указательный и средний пальцы и растирают точки впереди и за ушами.)*

Знаем, знаем – да – да – да

Нам простуда не страшна.

*(Потирают ладони друг о друга.)*

**Ведущий:** Если этот массаж вы будете делать каждый день, то не будите болеть.

**Пчелка Майя:**

Все лечебный чай готов. А почему вода изменила цвет, что это значит? (Ответы детей) Потому, что растения отдают воде свой цвет. А еще лекарственные растения отдают воде свои лечебные свойства. Добавляем мед.

Наливаем чай в чашки. А пока он остывает. Мы научим пчелку Майю делать «Веселую зарядку», чтобы она научила своих подружек. Потому что и дети, и взрослые знают, чтобы быть здоровым нужно делать зарядку.

**Пчелка Майя:**

До свидания.

**Ведущий:** Что за красавица к нам в гости прилетела? Что рассказала? Во что вы с ней играли? Что больше всего понравилось? Запомнилось?