**Развлечение "День здоровья" в старшей группе детского сада**

РЕКЛАМА

**Цель**: приобщать детей вести здоровый образ жизни
**Задачи**:
- закрепить знания о полезных продуктах;
- укреплять физическое здоровье;
- прививать детям гигиенические навыки;
- воспитывать любовь к физкультуре;
- создать радостное настроение.

**Ход развлечения**

*Звучит спортивный марш, дети заходят в зал*
**Ведущий**: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «День здоровья»

**Дети:**
1. Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.

2. Если хочешь быть здоровым,
Обойтись без докторов —
Закаляйся, умывайся,
Спортом разным занимайся.

3. Песни кто всегда поёт
И с улыбочкой живёт,
Ничего тому не страшно —
Много лет он проживёт

**Ведущий**: Скажите, пожалуйста, а то значит быть здоровым?

*Раздается стук в дверь, заходит Айболит в руках у него чемоданчик*

**Айболит:** Здравствуйте, ребятишки, девчонки и мальчишки? А вы меня узнали?

*Дети отвечают*

**Айболит:**Ребята, а вы все здоровы?

*Дети отвечают*

**Айболит**: Сейчас я проверю, знаете ли вы предметы личной гигиены

**Загадки**
1. Могу я в ней на дно нырнуть,
но не могу я утонуть.
А если станет глубоко,
открою пробку я легко. *(Ванна)*.

2. Ускользает, как живое,
но не выпущу его я.
Дело ясное вполне –
пусть отмоет руки мне. *(Мыло)*.

3. Костяная спинка,
жесткая щетинка
С мятной пастой дружит,
нам усердно служит. *(Зубная щетка)*.

**Ведущий:** А давай. Айболит, проверим наших детей, как они смогут выбрать правильно предметы личной гигиены

**Айболит:** давайте

**Игра «Можно-нельзя»**
Дети строятся в 2 колонны. Собирают в 2 корзины вещи, которыми можно пользоваться сообща и вещи для индивидуального использования

*В зал не спеша заходит Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.*

**Айболит:** Ребята, кто это?

**Айболит:** Что с тобой Баба Яга? Ты заболела?

**Баба-Яга:** Все болит, все хрустит.

**Айболит**: А ну-ка расскажи, что ты кушаешь?

**Баба-Яга**: Пиццу, чипсы, кириешки.

**Айболит**: Ты неправильно питаешься. Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

**Дети:**Овощи, фрукты.

**Айболит:** Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки — мылом.
А что ты любишь пить, Баба Яга?

**Баба-Яга:** кока – колу, фанту, пепси, спрайт!

**Айболит**: Ой-ой-ой! Ты же губишь себя!

**Ведущий**: Баба Яга, а чем ты занята по утрам?

**Баба Яга**: утром я люблю поспать, поваляться в своей кровати

**Айболит**: А зарядку ты делаешь по утрам?

**Баба Яга**: Зарядку? А зачем она мне нужна?

**Дети**:
7. Для чего нужна зарядка? —
Это вовсе не загадка —
Чтобы силу развивать
И весь день не уставать.

8. Кто с зарядкой дружит смело,
Кто с утра прогонит лень,
Будет смелым и умелым,
И веселым целый день.

9. Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам,
Чтобы реже обращаться
За советом к докторам.

10. Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми,
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем.

**Ведущий**: А знаешь, Баба Яга, мы сейчас научим тебя выполнять зарядку

*Музыкальная Зарядка "Солнышко лучистое любит скакать"*

**Баба Яга**: Ой, как я хорошо размяла свои косточки. Я даже проголодаться успела. Не сбегать ли мне в магазин за чипсами? Вам какие купить с крабами или со сметаной и луком?

**Айболит:** Опять ты за свое, Баба Яга? Чипсы есть нельзя

**Ведущий:** А давайте поможем Бабе Яге выбрать только нужные и полезные продукты

**Игра «Полезное и вредное»**
На столе в большом подносе лежат картинки с нарисованными продуктами. среди них есть полезные и вредные продукты. Две команды детей должны будут в свои небольшие подносы выбрать только картинки с полезными продуктами

**Айболит:** Знаешь, Баба Яга, если ты будешь продолжать вести неправильный образ жизни, то можешь оказаться в больнице.

**Баба Яга.** Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю, что это такое! Научите меня!

**Айболит:** Ну с продуктами мы тебе помогли разобраться. Зарядку показали как делать. А еще чтобы не болеть надо всегда быть веселым и радостным, почаще улыбаться

**Баба Яга**: Ой, а кто же меня будет веселить – то будет?

**Айболит**: Ребята, а давайте научим играть Бабу Ягу в веселые игры.

*Дети соглашаются*

**Игра «Переложи мячики»**
Две команды детей встают в колонну. На концах каждой колонны в корзине лежат мячи. В конце каждой колонны стоят пустые корзинки. Каждой команде необходимо быстро передавай мячики по одному из рук в руки, таким образом переложив все мячи

**Ведущий:** А я знаю еще одну веселую игру

**Игра «Игольное ушко»**
Две команды детей. На расстоянии перед каждой командой лежат обручи. Дети по одному бегут к обручу, продевают его через себя, возвращаются назад к командам

**Баба Яга**: Ой спасибо вам, ребята. Набегалась я с вами. Настроение у меня «Во» *(показывает большие пальцы)*. Проживу еще лет 200. А может и больше

**Айболит:** А как же твоя спина? А сердце?

**Баба Яга**: ничего не болит

**Ведущий:** А можно мы для тебя, Баба Яга исполним наш веселый танец

**Танец «Эй, бабушки, эй дедушки»**

**Баба Яга:** Многому вы меня научили, а теперь мне пора в лес бежать. Надо мне своим лесных приятелей научить здоровому обращу жизни

*Баба Яга убегает*

**Айболит:** Ну а у меня для вас есть подарок *(показывает яблоки)*
Угощайтесь, детвора
Будьте здоровыми всегда

**Ведущий:** Наш праздник подошел к концу.
В мире нет рецепта лучше: будь со спортом не разлучен
Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.
Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»