

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»**

Развлечение для детей старшего дошкольного возраста

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

**Составила:
Хасанова А.Р.**

г. Когалым

Цель: формировать у детей здоровый образ жизни.

Задачи:

в игровой форме развивать ловкость, быстроту, силу;

формировать навыки сотрудничества детей друг с другом.

создать условия для обобщения элементарных валеологических знаний детей, развития умения использовать эти знания для своего оздоровления.

продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества; совершенствовать двигательные умения и навыки;

повышать интерес детей к занятиям физической культурой.

Ход праздника

(звучит музыка)

Ведущий: Внимание! Внимание!

Гости и наша компания!

С Днем Здоровья всех поздравляем

И успехов огромных желаем!

У нас сегодня большой праздник «День здоровья!». Здоровье-это дар, который мы с вами должны беречь, чтобы всегда быть весёлыми, сильными, красивыми. Ребята, а вы знаете, что надо делать, чтобы быть здоровыми?

Дети: Да!

1 ребенок: Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться —

На зарядку становиться!

2 ребенок: Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

3 ребенок: У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

4 ребенок:Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

5 ребенок: Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты —

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

6 ребенок: На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

7 ребенок: Ну, а если уж случилось:
Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда!

Ведущая. Все собрались? Все здоровы?
Бегать, играть все готовы?
Так скорее подтянитесь,
Не зевайте, не ленитесь.
На разминку становитесь!

Разминка «Кукутики»

Ведущий: Ребята к нам на праздник обещала прийти «Королева Здоровья»
Но что - то она задерживается, не случилось ли чего?
(на экране появляется Дюдюка, поет)

Дюдюка: Королева – то здоровья

Не придёт к вам никогда.

Я закрыла её в башне,

Заточила навсегда!

Вы её уж не спасёте,

И, конечно, не найдёте!

Не видать здоровья вам

Расходитесь по домам!

Теперь я тут Королева!

Чтобы вернуть Королеву, нужно добыть шесть ключей. Но вам их никогда не отыскать! Я спрятала их надежно. Чтобы найти ключи, нужно пройти сложные испытания! Вам ни за что не справиться!

Ведущий: Какая она не приятная! Мне совсем не хочется, чтобы она вернулась! А вам? (*дети «Нет!»*) Что же делать нам ребята? Попробуем пройти испытания и отыскать ключи? (*дети «Да!»*) Ну что, готовы?

Перед нами первое испытание! Вы знаете, что в спорте всегда нужно быть не только сильным, крепким и ловким, но и быстрым! И сейчас мы узнаем, насколько быстрые у нас ребята!

1. ЭСТАФЕТА «КТО БЫСТРЕЙ». (*с гантелями*)

(Команды выстраиваются в колонну «по одному». Впереди каждой команды, на расстоянии 5-7 метров, ставится стул или фишка. Задача участников эстафеты – поочередно, по сигналу, пробежать вокруг конуса,

вернуться, передать эстафету следующему игроку. Побеждает команда, которая быстрее закончит перебежки.)

Ведущий: Ну что ж, вы и правда быстрые ребята, а еще ловкие и смелые. Вот ваш первый ключ! (на экране)

Кто из вас ребята знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?

Дети. Солнце, воздух и вода!

Ведущий: Нас весна гулять зовёт, солнышко давно нас ждёт!

2. ЭСТАФЕТА «ВЫЛОЖИ СОЛНЦЕ».

(Команды выстраиваются в колонну «по одному». У старта перед каждой командой лежат гимнастические палки по количеству игроков. Впереди каждой команды, на расстоянии 5-7 метров, кладут обруч. Задача участников эстафеты – поочередно, по сигналу, выбегая с палками, разложить их лучами вокруг своего обруча – «нарисовать солнышко». Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием)

Ведущий: Молодцы, ребята! Справились с заданием. И вот наш второй ключ. (на экране)

И вот третье испытание.

3. ЭСТАФЕТА «НАВЕДИ ПОРЯДОК»

(Перед каждой командой пластмассовые шарики по количеству детей. На поле расставлены кегли. На финише – обруч. Первый игрок пробегает между кеглями, проводя веником пластмассовый шарик, который затем необходимо завести в обруч. Затем игрок возвращается к команде и передает веник следующему игроку. Побеждает команда, которая первой переправит все шарики в обруч)

Ведущий: Вот мы добыли и четвертый ключ (на экране)

А теперь – следующее испытание! Сейчас вы мне поможете приготовить компот! А из чего мы варим компот? *(из фруктов и ягод).*

4. ЭСТАФЕТА «КОМПОТ»

(Каждая команда выстраивается в колонну «по одному». На полу разбросаны овощи и фрукты (фрукты по количеству игроков). Впереди каждой команды, на расстоянии 5-7 метров, ставится кастрюля. Задача участников эстафеты – поочередно, по сигналу, выбрать один фрукт и отнести его в кастрюлю. Побеждает команда, которая быстрее соберет все фрукты в кастрюлю)

Ведущий: Молодцы, вы отлично справились. Получайте ключ! (на экране)

Прячутся они в продуктах -

Спелых ягодах и фруктах,

В свежих с грядки овощах,

В теплых солнечных лучах!

И Сереже, и Полине –

Всем полезны...*(витамины)*.*(Алешина А.)*
И вот следующее испытание!

5. ЭСТАФЕТА «ВИТАМИНЫ»

(Перенеси витамины в ложке)

Ведущий: А теперь давайте соберем все наши ключи вместе и посчитаем, сколько их. *(дети хором считают - 5)* Ребята, как же так? Одного ключа нам не хватает. Нам не открыть дверь для Королевы Здоровья! Давайте подумаем, чего еще не хватает? *(ответы детей – радости, хорошего настроения)*. Конечно, для здоровья нам нужна радость! И я приглашаю вас спеть веселую песню про витамины!

Песня про витамины

(ключ на экране)

Ведущий: Вот теперь все шесть ключей собраны. Теперь надо, чтобы ключи подошли! *(Выбираются шесть человек. Их задача подобрать ключи к силуэтам на воротах.)*

Эстафета с ключами.

Ведущий: Вот и все ключи на месте!

Так давайте дружно, вместе

Королеву позовем

Приходи скорей – мы ждем!

Выходит Королева Здоровья.

Ведущий: Ну, что дорогие мои, теперь Королева Здоровья свободна. Здравствуйте ваше величество.

Королева: Спасибо ребята! Не побоялись Дюдюку, спасли меня!

Так давайте дружно, вместе

Будем спортом заниматься,

Закаляться, правильно питаться,

Радоваться жизни и смеяться!

В чистоте держать и дом, и тело,

Чтобы ничего не заболело!

И всем нам сегодня пора

Здоровью сказать... Ура! *(дети хором)*

Королева: А сейчас послушайте мои советы и если мой совет хороший вы похлопайте в ладоши!

На не правильный совет говорите: нет, нет, нет!

Блеск зубам чтобы придать, крем сапожный нужно взять, выдавить пол тюбика и почистить зубики. Это правильный совет?

Дети: Нет, нет, нет!

Навсегда запомните милые друзья, не почистив зубы спать идти нельзя. Если мой ответ хороший вы похлопайте в ладоши!

Дети хлопают.

Не грызите лист капустный, он совсем, совсем не вкусный, лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад. Это правильный совет?

Дети: Нет, нет, нет!

Постоянно нужно есть для зубов для ваших, фрукты овощи омлет, творог, простоквашу. Если мой ответ хороший вы похлопайте в ладоши!

Дети хлопают.

Чтобы зубы укреплять полезно гвозди пожевать. Это правильный совет?

Дети: Нет, нет, нет!

Запомните что не полезно, грызть зубами нам железо! Если мой ответ хороший вы похлопайте в ладоши!

Дети хлопают.

А сейчас ребятки-отгадай-те загадки.

Ускользает как живое,

Очень юркое такое.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (*мыло*)

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (*зубная щетка*)

Хохотун – Егорка,

Взялся за уборку,

В пляс по комнате пошел,

Оглянулся – чистый пол! (*веник*)

Вроде ежика не вид,

Но не просит пищи,

По одежде пробежит –

Станет она чище. (*щетка*)

Королева: А сейчас веселей
Песню запевай скорей!

Песня на мелодию «От улыбки»

Королева здоровья: А чтобы наш праздник вам запомнился надолго, хочет подарить вам волшебные яблочки.

Ведущий: Вот и подошел к концу наш веселый праздник.

Богатырского здоровья мы хотим вам пожелать,

Лучше всех на свете бегать,

В игры дружно всем играть!