**Страна Здоровья**

**Развлечение для детей 6-7 лет, направленное на повышение культурно-гигиенического уровня знаний, умений и навыков детей**

**Музыка: «МАРШ»**

Ведущий:

Здравствуйте ребята!

Мальчишки и девчата.

Рада видеть я всех вас

В этот день и в этот час.

Мы сегодня с вами вместе

В путешествие пойдём,

И тропу в страну «Здоровье»

Непременно мы найдём.

Перед дальнею дорогой

Разомнитесь-ка немного

Нужно вам себя назвать

И девиз свой рассказать.

Представим наши команды.

Каждая группа должна прокричать название своей команды и девиз.

**Старшая группа**

**Смешарики:** Игру мы начинаем и верим в наш успех,

 Соперников приветствуем, девиз наш спорт и смех!

**Подготовительная группа**

**Чистюли:** Мы чистюли несомненно, нужно мыться непременно,

 утром, вечером и днём, после сна и перед сном!

**Ведущий:**

Ну что ж друзья скорей вперёд!

Страна Здоровья всех нас ждёт

**ПЕСЕНКА «Физкульт-Ура!»**

**Ведущий:** А теперь РАЗМИНКА.

Каждой команде будут заданы вопросы, будьте внимательны:

Назовите любой предмет личной гигиены? (полотенце, зубная паста, мочалка, расческа и др.)

Что вы знаете о микробах? (они могут вызвать разные болезни)

Что нужно делать, чтобы зубы не болели? (регулярно чистить зубы: утром и вечером, не есть слишком много сладкого и как можно чаще посещать стоматолога)

Как можно закалить свой организм? (обливаться холодной водой, делать зарядку каждое утро, заниматься спортом и др.)

Назовите продукты, которые полезны для здоровья? (молоко, масло, творог, овощи. фрукты, зелень, сметана и др.)

Назовите продукты, которые вредны для здоровья? (газированная вода, шоколад, мороженое и др.)

Какие лекарственные растения вы знаете? (ромашка и др.)

Какие виды спорта вы знаете? (баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон, хоккей, фигурное катание, бег, теннис и др.)

Быть здоровыми хотят взрослые и дети,

Как здоровье сохранить? Сможет кто ответить?

**Входит Доктор Айболит.**

**Доктор Айболит:**

Добрый день! Я - Айболит!

С вами всегда хочу я быть!

Сначала познакомлюсь с вами,

Чтобы стали мы друзьями.

**Ведущий:**

Это Настя, Катя, Лиза,

Вот Дима, Максим и Ариша,

Степа, Тимур, а рядом Андрей.

А как Вас звать?

**Доктор Айболит:**

Я пришел вас научить,

Как здоровье сохранить.

**Ведущий:**

Доктор Айболит, а ты знаешь какие-нибудь игры для наших команд?

**Доктор Айболит:**

Конечно, я знаю много игр, которые помогут нам сохранить свое здоровье. Давайте детишки поиграем?

А сначала сделаем гимнастику, но только не простую, а шуточную!!!

**Проводится «Шуточная гимнастика»**

Рано утром мы проснулись, (протираем глаза)

Потянулись, улыбнулись. (потягивание)

К умывальнику пошли, (ходьба на месте)

Щетку с пастой мы нашли. (руки в стороны, вперед, вверх, вниз)

В руку щеточку возьмем, (отводим в стороны согнутые в локтях руки)

Зубной пасты нанесем.

И за дело взялись смело,

Чистим зубы мы умело:

Сверху - вниз и справа - влево,

Снизу-вверх и снова влево.

Их снаружи, изнутри

Ты старательно потри.

Чтоб не мучаться с зубами, Щетку водим мы кругами.

Зубы чистим осторожно. Ведь поранить десны можно...

А потом что? А потом Зубы мы ополоснем.

Душ холодный принимаем После тело растираем,

И за стол скорей идем. Ложку в руки мы берем.

Вкусный завтрак с аппетитом Поедаем не спеша,

А затем шагаем в садик, (ходьба на месте)

Свежим воздухом дыша. (упражнение на дыхание)

**Доктор Айболит:**

Много грязи вокруг нас,

И она в недобрый час

Принесет нам вред, болезни

Но я дам совет полезный,

Мой совет совсем не сложный –

С грязью будьте осторожны!

**В дверь заглядывает Грязь.**

**Грязь:** Вы про грязь? И я у вас! (входит, всё время чешется, подходит к Доктору Айболиту)

**Доктор Айболит:** Ты ко мне не приближайся, ты ко мне не прикасайся!

**Грязь:**

Есть мальчишки-разбросалки, есть девчонки-раскидалки.

Где попало, всё бросают, за собой не убирают.

Это все – мои друзья, с ними не расстанусь я!

**(Здоровается с детьми за руку, Доктор Айболит следом вытирает детям руки полотенцем, говорит, чтоб не подавали руки)**

**Доктор Айболит и Грязь вместе проводят**

**ИГРУ «Это я, это я, это все мои друзья».**

Айболит:

Кто хочу у вас узнать

Любит петь и танцевать?

Кто из вас не ходит хмурый

Любит спорт и физкультуру?

Грязь:

Кто из вас такой хороший

Загорать идет в галошах?

Кто из вас скажите братцы

Забывает умываться?

Айболит:

Кто умеет отдыхать

Бегать, прыгать и скакать?

Грязь:

Кто не чесан, не умыт

И всегда подолгу спит?

Айболит:

Кто из вас скажите прямо

Любит папу, любит маму?

Грязь:

Кто из вас, из малышей

Ходит грязный до ушей?

**Грязь:**

Вы не вымыли посуду?

Значит, скоро я прибуду.

Если пол вы не помыли

Меня в гости пригласили.

Перестаньте убираться,

Окна мыть, пол подметать.

Ненавижу тряпки, щетки,

Я, друзья, боюсь щекотки.

**Ведущий:** А давайте ребята, мы для грязи споем песенку.

**ПЕСЕНКА «Лентяи поросятки»**

**Грязь:**

Чистоту я не терплю,

Тараканов, мух люблю,

Пауки и паучата,

Где вы славные ребята.

Изо всех углов ползите,

Паутины наплетите!

**Грязь проводит игру со средней группой «Паутинка».**

**Ведущий:**

Нет, Грязь, мы не хотим с тобой дружить,

Наши дети любят чистоту, порядок, умываются, чистят зубы, делают зарядку.

**Грязь:** Нет, нет, нет, я вам не верю!

**Ведущий:** Мы сейчас это проверим!

**(Дети рассказывают стихи хором, сначала старшая группа, далее подготовительная группа)**

Чтоб здоровым быть, опрятным, чтобы чистым быть всегда, что нам нужно, очень нужно?

Нужно мыло и вода! (Подготовительная)

Чтобы волосы блестели, были пышными всегда,

Что нам нужно, очень нужно? – гребешок, шампунь вода! (Старшая)

**Грязь:** Точно знаю, вы ребята – очень славные детишки,

 Со мной дружбу заведите и меня не подведите.

**Танец «КУЧИЧИ»**

**Ведущий:** Очень хорошо, замечательно! Не поддавайтесь грязи, мы ведь с вами чистые, аккуратные ребята. А чтобы было веселее, давайте поиграем с Доктором Айболитом.

**Доктор Айболит проводит:**

**игра «Держи крепче» (мяч между ног, командная игра)**

**игра «Айболит» (одевание и раздевание в доктора)**

**Грязь:** Плохи совсем мои дела, и здесь друзей я не нашла!

**Доктор Айболит:**

Ну теперь ты убедилась, зря ты в детский сад явилась.

Умываются ребята, умываются зверята.

(Обращается к Грязи)

Дам совет тебе простой: подружись-ка ты с водой,

С мылом, щёткой подружись, умываться не ленись!

**Ведущий:**

Ну что ребята, грязь мы с вами воспитали, надеемся, она изменится.

Чтобы быть здоровыми, мы с вами ребята, должны есть побольше овощей и фруктов, и уметь их отличать друг от друга. Доктор Айболит ты поиграешь с нами в игру «Фрукты и овощи».

**Игра «Фрукты и овощи».**

**Ведущий:**

Молодцы, ребята! Спасибо Доктор Айболит, теперь мы с точно умеем отличать овощи от фруктов.

В удивительной стране.

Мы сегодня побывали

И с ребятами вдвойне

О здоровье мы узнали.

А сейчас ребята нам расскажут правила, которые они знают, чтобы всегда быть здоровыми:

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!

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!

**Ведущий:**

Сейчас, запомнив эти правила, мы точно будем самыми здоровыми, опрятными и аккуратными! Да, ребята?

Сегодня все на славу порезвились

И все смогли до финиша дойти.

Хорошим настроеньем зарядились,

Сумели силы вы в себе найти.

И с этим от души вас поздравляем,

Надеемся, что не в последний раз,

Мы этими призами награждаем

За ловкость и смекалку вас!

**Вручение** **Доктором Айболитом сладких призов детям, прощание с Айболитом.**