РАЗВЛЕЧЕНИЕ

Для средней, старшей групп

«День здоровья».

**Цель**: формирование знаний детей о празднике «Дня здоровья», привыкание к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1. Закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыков и пользе здорового питания и витаминов.

2. Развивать мышление, речь детей.

3. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом.

**Оборудование**: ТСО, шапочки овощей, зубная щётка, расчёска, зубная паста.

**Предварительная работа** : проведение бесед : «Полезные и вредные привычки», занятий на темы «Что значит быть здоровым», «Витамины – защитники организма», беседа о значении спорта, знакомство с разными видами спорта.

Под музыку дети входят в зал, украшенный символикой и картинками, соответствующими празднику.

**Вед.**: Здравствуйте, ребята. Мы умеем здороваться друг с другом, желать другому здоровья. Давайте сейчас посмотрим друг на друга, положим руку на сердце и от всего сердца пожелаем всем здоровья.

**Дети :** Будьте здоровы !

**Вед.**: Сегодня мы с вами собрались на праздник День здоровья.

Улыбкой светлой, дружным парадом

День здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню здоровья : «Ура ! Ура ! Ура !»

**Вед.:** Кто скажет, что значит быть здоровым? Правильно, это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться. А ещё не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся и потанцуем!

**1.Дети исполняют «Танец маленьких утят»**

Под весёлую музыку в зал забегает клоун.

**Клоун**: Привет, друзья! К вам спешил на праздник я. Без смеха и веселья ребятишкам жить нельзя! Сегодня вас повеселим и угощенье раздадим. А у меня в руках есть волшебный цветок.Этот цветок обозначает символ здоровья, и я хочу с вами поиграть в игру «Волшебный цветок». На каждом лепестке написана пословица и поговорка о здоровье. Кто хочет сорвать первый лепесток?

Дети срывают 1 лепесток.

**Клоун:** «Здоровому всё здорово». Как вы это понимаете?

**Дети**: Здоровому человеку весело, у него всё получается.

**2.Игра «Ха-ха-ха, хи-хи-хи»**

Дети срывают второй лепесток

**Клоун**: «Здоровье не купишь»

**Дети:** За деньги нельзя купить здоровье, оно не продаётся.

**Клоун**: Давайте посмотрим, какие у нас ребята здоровые, быстрые и ловкие.

**3.Эстафета: бег по гимнастической скамейке, перепрыгивание через кубики, проползаем через дуги.**

Дети срывают 3 лепесток.

**Клоун:** «Болезнь человека не красит»

**Дети:** когда человек болеет, он становится не красивым, вялым, бледным.

**Вед.**: Клоун, ты что-то бледный стал, что с тобой?

**Клоун:** Наверное я заболел, слабость на меня напала.

**Вед.:** Дети, как вы думаете, почему клоун такой бледный, взялся за голову?

**Дети:** Плохо кушает, спортом не занимается.

**Вед.:** Да, наверное клоун не ест витамины и плохо питается. Сейчас дети расскажут ему о витаминах.

Выходят дети.

**Вед.**: О витамине «А» расскажет ловко спелая морковка.

**1 ребёнок (Морковка):**

И сладка я, и вкусна,

Витамин во мне есть «А»

Кто меня в друзья берёт,

Тот растёт, растёт, растёт.

**Вед.**: Ребята, кто знает, в каких ещё продуктах есть ещё витамин «А»?

**Дети:** В чесноке, помидорах, зелени, рыбе, молоке.

**2 ребёнок (Картошка)**

А в картошкином лице

Представлен Витамин «С».

**Вед.**: В каких ещё продуктах есть витамин «С»?

**Дети**: В капусте, смородине, луке, землянике.

**3 ребёнок (Орех).**

А во мне есть витамин «В»

Всем давно известно, что орехи

Вкусны и полезны.

Кушай их с утра до темноты,

Будешь очень зорким ты.

**Вед.:** Да, благодаря витамину «В», у нас улучшается зрение. А в каких ещё продуктах есть витамин «В»?

**Дети:** В яйцах, кукурузе, мясе, сыре, твороге, чёрном хлебе.

**4.Игра «Свари компот и суп».**

**Две команды: первая варит суп из овощей, вторая – компот.**

**В большом обруче лежат фрукты и овощи, напротив стоят кастрюли. Первая команда выбирает по одному овощу для супа, вторая – для компота фрукты. Кто вперед и правильно сварит суп и компот.**

**Вед** .: Вот, клоун, запомни, что не только в свежих овощах есть витамины, но и в супе и компоте. Вот возьми витамины и будь здоров.

Клоун берет фрукты и овощи, они падают из рук

**Вед.:** Клоун, что с тобой?

**Клоун**: Не пойму, что случилось с руками, совсем пальцы не работают.

**Вед.**: Для того, чтобы хорошо работали пальцы рук, нужно развивать пальцы и играть в пальчиковые игры.

**5.Пальчиковая игра «Пирожки»**

**Раз, два, три, четыре, ловко тесто замесили (сжимают и разжимают пальцы)**

**Раскатали мы кружки и слепили пирожки (трут круговыми движениями ладони друг о друга)**

**Пирожки с начинкой, сладкою малинкой, морковкой и капустой очень, очень вкусны (поочередно хлопают одной ладонью сверху по другой).**

**Из печи достали, угощать всех стали.**

**Пахнет в доме пирогами, вот и гости все с цветами.**

Дети срывают лепесток

**Клоун** говорит пословицу: «Береги платье с нову, а здоровье с молоду».

**Клоун**: Как вы понимаете эту пословицу?

**Дети:** Платье новое надо беречь, а здоровье – пока молодой.

**Клоун**, держась за щеку: « Ой, ой, ой»

**Вед.**: Что случилось?

**Клоун:** Зуб заболел, ой как больно.

**Вед.**: А ты зубы чистишь?

**Клоун**: А зачем:

**Вед** .: Дети, зачем надо чистить зубы:

**Дети:** Чтобы зубы не болели и не попадали микробы.

**Вед.**: Дети, покажите клоуну, как вы чистите зубы (дети показывают).

**Вед.**: А что ещё надо делать, чтобы вас не посетили микробы, чтобы быть здоровым?

**Дети:** Следить за чистотой, мыть руки с мылом, делать зарядку, заниматься спортом.

Дети срывают последний лепесток.

**Клоун:** «Труд – здоровье, лень – болезнь»

**Дети:** Когда люди трудятся, они не болеют, а когда ленятся, тогда болеют.

**Клоун:** Я очень люблю трудиться- вот сколько мусора собрал!

Клоун роняет пакет с мусором и рассыпает его.

**Клоун:** Ой! Что я наделал!

Заходит Врач

**Врач**: Что это у вас за беспорядок, кругом мусор, грязь? А микробов-то сколько!

**Клоун:** Это я нечаянно рассыпал!

**Вед.** А мы сейчас всё уберём.

**6. Игра «Убери мусор»**

**(Две команды носят по одному предметы, кто быстрее соберёт.)**

**Врач:** Вот теперь я вижу, что у вас чисто, всё в порядке и микробы нам не страшны. А плясать вы умеете? Ведь танцы, пляски - это тоже здоровье.

**7. Танец «Барбарики».**

**Врач**: Не пора ль вам подкрепиться- сока натурального напиться?

Всех ребят я угощаю и здоровья всем желаю!

Детям раздают натуральный сок.

**Вед.**: Вот и закончился наш праздник. Понравился он вам? (обращается к детям)

**Клоун** : Какой хороший праздник! Я теперь всегда буду спортом заниматься, чистить зубы, соблюдать порядок и чистоту.

**Клоун**: А теперь-все на площадки.

Поиграем там, ребятки!

Дети проходят на свои площадки. Клоун проходит по площадкам, играет с детьми в подвижные игры.