**День здоровья в детском саду.**

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:** *Образовательные:*

- Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества*.*

– Создать условия для обобщения элементарных валеологических знаний детей.

*Развивающая:*

- Развивать умения использовать валеологические знаниядля своего оздоровления.

*Воспитательная:*

- Формировать навыки сотрудничества друг с другом.

I – часть: Дети находятся на улице во время утреннего приема. Из детского сада выходит Королева Здоровья.

-Здравствуйте ребята! Вы знаете, кто я? ( ответы детей)Да, я Королева Здоровья. И сегодня я пришла к вам в гости, чтобы узнать, что вы знаете о здоровье?( ответы детей)

-А знаете ли вы с чего начинается день?( дети: с зарядки) Давайте же сделаем веселую зарядку.

Веселая зарядка:

 Мы ногами топ, топ

Мы руками хлоп, хлоп

 Мы глазами миг, миг

 Мы плечами чик, чик

 Раз сюда, два сюда

 (повороты туловища вправо и влево)

 Повернись вокруг себя

 Раз присели, два привстали

Сели, встали, сели, встали

 Словно ванькой-встанькой стали

 А потом пустились вскачь

 (бег по кругу)

 Будто мой упругий мяч

Раз, два, раз, два

 (упражнение на восстановление дыхания)

 Вот и кончилась игра.

-Спасибо зарядке, здоровье в порядке. Пришло время подкрепиться .Но, ребята мы с вами еще увидимся.

II – часть: Дети выходят на улицу .Их встречает доктор Айболит.

- Здравствуйте ребята! Есть ли среди вас больные, нужен ли кому доктор?( дети: все здоровы)

-Сейчас я проверю знаете ли вы, что полезно, а что вредно?

Игры с доктором Айболитом:

 **1**«Что полезно, а что вредно?»

1-Чистить зубы по утрам и вечерам?

2- Кушать чипсы и пить газировку?

3- Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета?

4-Гулять на свежем воздухе?

5-Объедаться конфетами и мороженным?

6-Гулять без шапки под дождем?

7-Делать по утрам зарядку?

8-Закаляться?

9-Поздно ложиться спать?

10-Кушать овощи и фрукты?

**2**«Кто больше найдет витаминов»(Дети ищут игрушечные овощи и фрукты спрятанные на участке детского сада )

 **3** «Узнай на ощупь» (по типу игры в «чудесный мешочек», дети на ощупь узнают найденные овощи и фрукты)

Доктор обращает внимание детей на подходящую к ним Дюдюку-Грязнюку. Дюдюка начинает здороваться с детьми рукопожатием, при этом пачкает руки детей. Проводиться игра-эстафета: « Кто быстрее принесет воды?», в конце дети моют руки. Неожиданно Дюдюке становиться плохо .У неё солнечный удар. Дети вместе с доктором оказывают помощь Дюдюке. Она обещает исправиться. Дети с доктором дарят Дюдюке полотенце мыло и расческу. Доктор дарит детям апельсины, в которых много витаминов. Дюдюка и доктор уходят.

Раздается свист и крик. - Полундра, свистать всех на верх! Дети видят на корабле двух пиратов. Которые ищут помощников для нахождения клада. Им нужны крепкие, здоровые помощники .Пираты дают задания детям:

* На быстроту: «Кто быстрее соберется у кубика?»
* На ловкость: «Накрути шнур до флажка»
* На смекалку: «Загадки» Этот конь не ест овса

 Вместо ног – два колеса

 Сядь верхом и мчись на нем

 Только лучше правь рулем (велосипед)

 В честной драке я не трушу

Защищу я двух сестер

Бью на тренировке грушу

Потому что я (боксер)

Спортсмены лишь лучшие на пьедестале

Вручают торжественно все им (медали)

* На меткость: «Попади в мишень»
* На дружность: «Дорожка препятствий» Один из пиратов достает карту, по которой дети с пиратами находят клад. Дети открывают сундучок, в котором лежат мыльные пузыри. Дети играют с мыльными пузырями. Пираты прощаются и уходят.

III-часть: На вечерней прогулке к детям приходит Незнайка, у которого перебинтована рука. Он рассказывает детям о неприятности, которая случилась с ним на дороге. Просит детей рассказать как нужно вести себя на улице. Показывает правильные и неправильные иллюстрации о правилах поведения на улице. Дети рассматривают их и объясняют их. Проводиться игра «Автомобили и пешеходы»(используется макет светофора) Незнайка благодарит детей и дарит им раскраски о правилах на дороге.

Приходит Королева Здоровья .. Дети рассказывают как у них прошел день, что было интересного. Королева Здоровья дарит детям бумажные платочки .Все танцую под музыку.

-