# Летнее мероприятие «Солнце, воздух и вода ,закаляйся детвора!»

**Задачи:**

1. Научить детей заботиться о своём здоровье, формировать привычки здорового образа жизни.

2. Развивать способность к умозаключениям.

3. Воспитывать у детей стремление быть здоровым.

**Действующие лица**: Петрушка, Доктор .

**Оборудование:** султанчики; ёмкости с водой; камушки; ложки; барабан.

**Ход мероприятия**

*Дети проходят на площадку. Их встречает Петрушка.*

**ПЕТРУШКА:**

Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте !

Мы рады приветствовать вас!

Как много светлых улыбок, мы видим на лицах у вас!

Здравствуй солнце! Здравствуй воздух!

Здравствуй свежая вода,

Здравствуй чистая среда!

Ребята ,а когда мы здороваемся, что это значит ?Мы желаем здоровья! Я рад вас всех видеть. Сегодня вас ждёт представление, всем на удивление. Будем веселится ,танцевать!

*Петрушка кашляет.*

**ПЕТРУШКА:** Ой, что –то мне не хорошо. Кажется я заболел.

Кто же мне поможет?

*Ответы детей.*

**ПЕТРУШКА:** Точно. А давайте и мы позовём Доктора , он нам подскажет как сохранить своё здоровье и не заболеть также внезапно ,как я.

*Входит доктор.*

**ДОКТОР:** Здравствуйте, дети. Я доктор . Кто у вас болен. Ну-ка покажите язычки, покажите носик, потрогаю лоб. Температурку сейчас измерю....

**ПЕТРУШКА:** Доктор дело в том, что я заболел, и поэтому не могу повеселить ребят. Подскажите, какие есть секретики, чтоб быть всегда здоровым?.

**ДОКТОР:** Запомните, ребята:

Безволие, неряшливость и лень - к заболеваньям первая ступень.

Гуляй на воздухе, не ешь ты перед сном,

А летом спи с распахнутым окном.

Дружи с водой, купайся, обтирайся,

Зимой и летом физкультурой занимайся.

Ребята, вы знаете, что солнце, воздух и вода - ваши лучшие друзья?

**ПЕТРУШКА**: Ребята ,давайте начнём с зарядки!

*Дети выполняют О.Р. У. под музыку.*

**ДОКТОР:** Сейчас я проведу осмотр и загадаю вам загадки .

Без меня, не будет света,

Без меня, не будет лета,

По утрам, стучусь в оконца:

Просыпайтесь, встало... СОЛНЦЕ!

Ты без него не сможешь жить  
Ни есть, ни пить, ни говорить.  
И даже, честно говоря,  
Разжечь не сможешь ты огня.

Если руки наши в ваксе,  
Если на нос сели кляксы,  
Кто тогда нам первый друг,  
Снимет грязь с лица и рук?

**ПЕТРУШКА**: Солнце утром рано встало Всех детишек приласкало.

* Гладит грудку, - *поглаживание грудной клетки вверх - вниз*
* Гладит шейку, - *поглаживание тыльной стороной шеи*
* Гладит носик, - *поглаживание крыльев носа*
* Гладит лоб - *поглаживание лба от середины к вискам*
* Гладит ушки, -*разминание ушных раковин*
* Гладит ручки, - *поглаживание рук от кистей к локтям*

Лето нас гулять зовёт. Солнышко давно нас ждёт. Ой, как хорошо загорать...

**ДОКТОР:** Ребята, а вы знаете, как надо правильно загорать?

*Дети проговаривают вместе правила.*

* Надевай панамку в солнечную погоду.
* Загорать можно утром и вечером.
* Береги кожу: мойся, если испачкался; смазывай кремом.

**ПЕТРУШКА:** Чтобы нам здоровым быть будем с солнышком дружить.

*Подвижная игра: "Солнечные колечки" (по типу "День-ночь")*

**ПЕТРУШКА:** Ребята ,а вы любите купаться?

*Ответы детей.*

**ДОКТОР**: Ребятишки - детишки, а вы помните правила, которые надо помнить, если собрались купаться? Сейчас мы вас проверим:

Петрушка:Можно без родителей на речку ходить ?.

Доктор:Если ты не умеешь плавать, надувные нарукавники нужно надевать?

Петрушка:Далеко можноуплывать?Нет, тебя может унести течение.

Доктор:Нельзя нырять и прыгать в воду, если дно тебе не известно.

Петрушка:Нельзя бросать острые и стеклянные предметы в воду. Не загрязняй дно реки.

**ПЕТРУШКА:** Вы запомнили правила? Чтобы нам здоровым быть будем с морем, речкой и прудом дружить.

*Подвижная игра: Камушки на дне.*

*подгруппы выстраиваются в шеренги и по сугналу подбегают к ёмкости с водой ,вылавливают камушек ложкой и относят в ведёрко своей группы. Побеждает группа ,собравшая больше камушек.*

**ПЕТРУШКА**: Ребята ,вот доктор вам загадки загадывал, а мою сможете отгадать?

Через нос проходит в грудь,  
А потом в обратный путь.  
Он невидимый, но всё же  
Без него мы жить не можем.

**Подвижная игра «Весёлый ветерок».**

Ветер, ветер, ветерок,

Догоняй меня дружок: (бегут)

(Маленькая эстафета. Ребёнок бежит с султанчиком до бубна, ударяет в него, возвращается обратно, отдаёт свой «ветерок – султанчик» другу. Так бегают все дети)

**ПЕТРУШКА**:Нам ребята воздух нужен, вздохнули все поглубже.  
Задержали мы дыханье  
Не спешите, все - вниманье!  
А теперь спокойно дышим,  
Мы с тобой советы доктора услышим.

**ДОКТОР:**

Будем силы укреплять  
Лёгкие тренировать  
Чтобы горло не болело  
Дышим, как собачки смело

*Дыхательное упражнение: "Собачки". Дети высовывают кончик языка и выполняют частые вдохи и выдохи.*

**ДОКТОР:** Вы в такую замечательную игру поиграли. Но я вам хочу напомнить правила общения с животными:

* Трогать чужих собак нельзя!
* Не трогай собаку, она может тебя укусить!
* Не трогай собаку, она может быть больной!
* Не смотри собаке в глаза!
* Нельзя убегать от собак!
* Позови на помощь взрослых!

**Хороводная игра «Большой хоровод».**

*Дети под музыку становятся в большой хоровод.*

**ДОКТОР:** Ну, что ж ребята. Соблюдайте все правила, и вы будете здоровы.

Ты с красным солнцем дружишь  
Волне прохладной рад  
Тебе не страшен дождик  
Не страшен снегопад   
Ты ветра не боишься  
В игре не устаёшь  
И рано спать ложишься  
И с солнышком встаёшь  
Ты любишь прыгать, бегать  
Играть с тугим мячом   
Ты вырастишь здоровым,   
Ты будешь силачом.

*Дети отправляются на прогулочные участки.*