**«Путешествие в страну Чистоты и Здоровья»**

(развлечение старший дошкольный возраст)

**Цель:** продолжать учить детей любить себя и свой организм, окружающих людей, формировать потребность в движении; продолжать учить детей осознанно относиться к своему питанию, закреплять представление о правилах личной гигиены и способах профилактики заболеваний, об использовании факторов природной среды.

**Предварительная работа:**

1. Разучивание стихотворений
2. Беседы: «Что такое личные вещи»;

«Вкусная и полезная пища»

**Ход развлечения**

*Под музыку дети заходят в зал, садятся на стульчики.*

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Какой сегодня чудесный день, как ярко светит солнце, как звонко поют птицы. И я еще раз хочу сказать вам «здравствуйте». Чаще говорите это волшебное слово папе, маме, друзьям, прохожим и вы почувствуете, как у них подымается настроение. А у вас поднялось настроение? Так и должно быть, этим словом мы не только приветствуем друг друга, но и желаем друг другу здоровья.

Здравствуйте, птицы!

Здравствуй, земля!

Здравствуйте, мама, папа, друзья!

Сегодня необычный день и я приглашаю вас в путешествие. Мы отправляемся...

*Звучит музыка. Появляется Крепыш.*

**Крепыш:** Здравствуйте, друзья! А вот и я!

**Воспитатель:** Вот это да! Ты кто и как зовут тебя?

**Крепыш:** Меня зовут Крепыш. Я сильный, веселый, здоровый. Так куда мы сегодня отправимся?

**Воспитатель:** Мы пойдем в страну Чистоты и Здоровья.

**Крепыш:** Как здорово! Возьмите меня с собой. Я слышал, что в этой стране можно увидеть много интересного, а еще там растет волшебный цветок.

Давайте мы отправимся в здоровую страну!

Болезням мы объявим там войну!

Там каждый другу будет рад

Там всех благодарят, и «Здравствуй» говорят!

**Воспитатель:** В стране Здоровья, Чистоты

Так много солнца, там поют цветы.

Поверьте мне, там столько красоты.

Там сбудутся все ваши мечты.

Но прежде чем отправиться в путь, я хочу у вас спросить: хорошо ли вы знаете себя и свое тело?

**Крепыш:** А это зачем?

**Воспитатель:** Ты должен знать свое тело - знать и любить. Самое первое дело - в мире жить. Каждую клеточку тела нужно понять. Пользоваться умело и охранять.

**Крепыш:** Я все понял. Вот зачем мне эти ручки?

**Воспитатель:** Чтоб все трогал, Почемучка.

**Крепыш:** А зачем мне эти ножки?

**Воспитатель:** Чтобы бегать по дорожке.

**Крепыш:** А зачем мне эта спинка?

**Воспитатель:** Чтоб ложиться на перинку.

**Крепыш:** А зачем мне этот пузик?

**Воспитатель:** Чтобы кушал, карапузик.

**Крепыш:** А зачем мне эти глазки?

**Воспитатель:** Для того чтоб видеть сказки.

**Крепыш:** А зачем мне этот носик?

**Воспитатель:** Чтобы нюхать абрикосик.

**Крепыш:** А зачем мне этот ротик?

**Воспитатель:** Для того чтоб пить компотик.

Ну а зубы чтобы кушать,

Ушки, чтобы маму слушать.

**Крепыш:** Вот это здорово. А теперь давайте поиграем.

***Игра*** *«****Мое тело»***

**Фея:** Здравствуйте, друзья! Очень рада нашей встрече.

**Крепыш:** Ой, кто это?

**Фея**: Я фея. Фея к вам пришла. Мы будем учиться. Здоровью учиться. Здоровью надо учиться всегда.

Ну а теперь смелее в путь. Я вам помогу попасть в волшебную страну (музыка). Закроем все сейчас глаза

И попадем туда.

Где свет и музыка всегда,

Где чистота и красота

Прислушайтесь, друзья, (голоса птиц)

Вслушиваетесь ли вы когда-нибудь в звуки природы, пение птиц, шум дождя и ветра, шепот листьев и раскаты грома... голоса природы наполняют ваше сердце радость жизни. Учитесь слушать и понимать природу, и она наполнит вас силой и здоровьем.

Звуки музыку рождают.

И недуги побеждают,

Звуки слово создают.

Ну-ка, дружно, ну-ка вместе

Звонко запоем мы песню.

***«Лесная песенка»***

*Фанфары. Появляется Принц Здоровье.*

**Фея**: А вот и Принц Здоровье.

**Принц Здоровье:** Я рад приветствовать вас в стране чистоты и здоровья.

**Ведущий:** Здравствуй, Принц. Мы пришли в твою страну, потому что очень много о ней слышали, а теперь хотим посмотреть, что же это заудивительная страна и где растет волшебный цветок.

**Принц Здоровье:** О. я с удовольствием покажу вам мою страну, расскажу о ней, и вы обязательно увидите наш волшебный цветок. А сейчас послушайте и запомните то, что знают все жители моей страны:

Чтобы были вы красивы.

Чтобы не были плаксивы.

Чтоб в руках любое дело.

Дружно спорилось, горело.

Чтобы громче пелись песни,

Жить чтоб было интересней,

Нужно сильным быть, здоровым —

Эти истины не новы.

*Раздается музыка.*

**Ведущий:** Что происходит? Откуда эта музыка?

**Принц Здоровье:** Мы приближаемся к первому городу моего королевства –Крепышкино. А живут здесь веселые человечки. Они никогда не сидят на месте. Всегда в движении. Ведь они знают, что движение – это жизнь.

*Выходят веселые человечки.*

**Первый человечек:** Говорю я всем зимой: « Закаляйтесь вы со мной!»

**Второй человечек:** Утром бег и душ бодрящий, как для взрослых - настоящий!

**Третий человечек:** На ночь надо окна открывать, свежим воздухом дышать!

**Четвертый человечек:** Со здоровьем дружен спорт, стадион, бассейн и корт!

**Пятый человечек:** Зал, каток – везде вам рады. Там всегда вас ждут награды!

**Шестой человечек:** Каждый день свой непременно ты зарядкой начинай!

**Все:** Будь здоров душой и телом, жизнь – движенье, твердо знай!

***Песня-танец «Веселые движения»***

**Первый человечек:** А сейчас все дружно встанем.

**Второй человечек:** Руки мы вперед протянем.

**Третий человечек:** А теперь мы будем хлопать.

**Четвертый человечек:** А потом мы будем топать.

**Пятый человечек:** Дружно будем прыгать, прыгать.

**Шестой человечек:** Ножкой будем дрыгать, дрыгать.

**Крепыш:** Веселее детвора

Нас ждет веселая игра!

***Игра - эстафета***

**Первый человечек:** А теперь всем до свиданья и счастливого пути *(уходят).*

**Ведущий:** (к Принцу) Какой удивительный этот город Крепышкино. И какие веселые, замечательные человечки живут в твоей стране.

*Выходит Грязнуля.*

**Крепыш:** И такие тоже здесь живут?

**Принц Здоровье:** Нет, нет, я не знаю, кто это *(подходит).* Кто ты такая и как тебе не стыдно, ты такая неопрятная, грязная.

Г**рязнуля:** Ну и что?

Я живу и бед не знаю,

Мыло в глаз не попадает,

Щетка десны не дерет,

Губка жесткая не трет.

**Фея:** Но так ведь нельзя. Ты же настоящая грязнуля.

***Песня «Грязнуля»***

*Грязнуля достает яблоко, хочет откусить.*

**Фея:** Нет, нет, что ты делаешь, нельзя, не ешь.

**Грязнуля:** Почему?

**Крепыш:** Ты что, не знаешь? Тебе нужно вымыть руки, да и яблоко помыть.

**Грязнуля:** Чего? Вот что я вам скажу:

Ни к чему перед едой

Мыть фрукты, овощи водой.

Их нужно съесть, воды попить.

Потом в животике помыть *(откусывает)*

**Фея:** Что ты делаешь? Там ведь микробы.

**Грязнуля:** Микробы? А чего вы испугались? Они ведь мои друзья. Эй, микробы, сюда.

***Песня — танец «Микробы»***

**Ведущий:** Что же делать? Посмотрите, эти микробы везде.

**Фея**: Не волнуйтесь, мы с вами пришли в город Чистюлькино.

**Принц Здоровья:** Где наше мыло и вода?

От них уют и чистота.

И аромат, и красота.

Поможет мыло и вода.

**Фея:** От простой воды и мыла

У микробов тает сила. *Мыло и вода прогоняют микробов*

**Принц Здоровья:** Ну вот, микробы улетели, испугались, а тебе, Грязнуля, не мешало бы умыться, причесаться и привести одежду в порядок.

**Грязнуля:** А когда я все это сделаю, можно мне путешествовать с вами?

**Принц Здоровья:** Ты спроси у ребят.

*Ответ детей. Грязнуля уходит.*

**Ведущий:** Ребята, скажите, а вы знаете, как микробы могут попасть в наш организм? *(дети отвечают)*

**Крепыш:** Ой, ой. ой как больно!

**Принц Здоровья:** Что случилось?

**Крепыш:** Помогите, помогите,

Что мне делать подскажите!

Съел сейчас, смотрите, эту

Очень сладкую конфету.

Вдруг все зубы разболелись.

Что мне делать, как мне быть?

*Музыка. Входит Королева Зубная Щетка.*

**Королева:** Я вас приветствую, друзья. Кому понадобилась помощь моя?

**Крепыш:** Помогите, ой, не могу больше.

**Королева:** А тебе я дам совет –

Ешь поменьше ты конфет.

**Крепыш:** И это все, что ты можешь посоветовать?

**Королева:** Нет, не все. Сейчас нужно купить вместо конфет

зубную пасту «Блендомет»,

Зубную щетку вместе с ней

С мягкой щетинкой на ней.

**Крепыш:** Это зачем?

**Королева:** Если бы зубы могли говорить, Они бы нас начали учить: «Ты нас чисти, чисти, не спеши, И снаружи и внутри почеши», А потом бы зубы пошли к врачу, И сказал бы врач: «Я вас полечу». А затем улыбаясь. Возвратились спокойно бы в дом.

Понятно? А вы, ребята, чистите зубы? Сколько раз?

Покажите, как вы это делаете *(показывают на макете, если неправильно - исправляет).* Ну а теперь пойдем со мной, я тебе помогу *(Крепыш и Королева уходят).*

*Заходит Грязнуля.*

**Принц Здоровье:** Кто это?

**Грязнуля:** Я бывшая Грязнуля, мне стало ясно, что чистой быть прекрасно!

**Фея** *(Принцу):* Смотри, она отмылась и как переменилась.

**Принц Здоровье:** Что ж, бывшую Грязнулю

Мы будем звать Чистюлей.

А теперь прошу вас запомнить правила жителей этого города и всей моей страны:

Чтоб от микробов защититься.

Водою с мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой

Мыть фрукты, овощи водой.

И еще прошу запомнить вас. друзья -

Личные вещи давать другим нельзя,

А делая прическу - бери свою расческу.

И утром, чистя зубы, ты помни про себя –

Бери свою зубную щетку,

другим давать ее нельзя.

Фея: А вот и город Витаминкино. И я вижу первых его жителей.

*Выходят профессор Витаминкин и Пончик.*

**Витаминкин:** Ну, сколько раз можно тебе повторять:

Пищею сладкою, шоколадкою ты не увлекайся, острого, соленого ты остерегайся. Только овощи и фрукты – вот полезные продукты. Очень вкусные продукты.

**Пончик:** Да вы просто ничего не понимаете. Вы попробуйте как вкусно.

**Ведущий:** А кто это такие?

**Принц Здоровье:** Это наш знаменитый профессор вкусной и здоровой пищи –Витаминкин. Здравствуйте, профессор.

**Витаминкин:** Здравствуйте, здравствуйте!

**Принц Здоровье:** Почему вы так расстроены?

**Витаминкин:** Ну, никак мне не удается перевоспитать нашу сластену.

**Пончик:** И не перевоспитаете. Очень я собой горда – торт купила для себя *(на мотив частушки).*

**Витаминкин:** Фрукты овощи полезней – защищают от болезней.

**Пончик:** Знайте дамы, господа – сникерс– лучшая еда!

**Витаминкин:** Будешь кушать «Сникерс» сладкий –

будут зубы не в. порядке.

**Пончик:** В мире лучшая награда – это плитка шоколада.

**Витаминкин:** В мире лучшая награда - это ветка винограда. Вот видите, что получается.

**Фея**: А давайте попросим ребят помочь вам и объяснить сластене, какая пища полезная, а какая вредная для человека.

**Ведущий:** Ребята, поможем? *(ответ).* Мы сейчас поиграем в игру, а ты смотри и запоминай.

***Игра «Вкусная и полезная пища»***

**Витаминкин:** Ну, что, запомнили?

**Пончик:** А что я хуже других? Если все ребята знают и помнят об этом, то я тоже запомню и буду есть только полезную еду, в которой много витаминов.

**Витаминкин:** Спасибо вам большое! Вы мне очень помогли. До свидания!

***Музыка***

**Ведущий:** Что это за музыка?

**Принц Здоровье:** Это музыка нашего волшебного цветка. Это значит, что скоро мы его увидим.

***Музыкально - ритмическая композиция «Волшебный цветок»***

*Фея выносит волшебный цветок (открывает занавес).*

**Принц Здоровье:** Вот он – символ нашей страны чистоты и здоровья.

Дам советы для всех вас

Как здоровым быть сейчас.

Мои юные друзья, вы послушайте меня.

Рано утром просыпайтесь, маме с папой улыбайтесь.

Все зарядкой занимайтесь, обливайтесь, обтирайтесь,

Аккуратно одевайтесь и в квартире убирайтесь.

Витаминами питайтесь, и друг другу улыбайтесь.

Чтобы жить и не болеть каждый день старайтесь петь

По больницам не ходите - жизнь активную ведите

Грубых слов не говорите - только добрые дарите.

**Ведущий:** Спасибо тебе, волшебный цветок, спасибо вам, Принц Здоровье и добрая Фея, спасибо всем жителям вашей страны за ваши советы. Мы всегда будем помнить их.

Все прощаются и уходят.