**«Цветы здоровья»**

***(подготовительная группа)***

**Программное содержание:**

- Формирование культуры здорового образа жизни;

- Содействовать формированию культуры здорового образа жизни целесообразно именно в дошкольном возрасте, так как это является одним из условий сохранения и укрепления здоровья ребенка в будущем.

**Оборудование:** волшебный сундучок, волшебный горшочек, 7 бутафорских семян, бумажный цветок, надувной цветок, пульверизатор с водой, стул, 2 корзины, полезные и неполезные продукты, 2 ватных шарика, 2 обруча, 2 цилиндра, 2 кубика, 2 мяча.

**Действующие лица:** Здравик, Фырка, Кашель, Насморк.

**Ход развлечения:**

***Звучит торжественный марш, дети входят в зал, рассаживаются по скамейкам.***

***Звучит музыка «Я - Здравик», входит Здравик, он несет красивый «Цветок Здоровья».***

**Здравик:** Здравствуйте, ребята! Меня зовут Здравик! Я пришел к вам на праздник, на День Здоровья. Я принес вам подарок: Цветок здоровья!

***Звучит музыка, вихрем вбегают Фырка под руки с Кашлем и Насморком. Кашель громко кашляет, Насморк оглушительно чихает.***

**Здравик:** Здравствуйте, а вы кто?

**Фырка:** Как? Вы нас не узнали? Я же Фырка!

**Насморк:** А я – Насморк! А-а-а-а-а-а-пчхи!!!

**Кашель:** А я – Кашель! Кхе-кхе-кхе!!!

**Фырка:** Ой! Какой красивый цветочек! (Злорадно потирая руки:) Так здорово будет оборвать ему лепесточки. (Вместе с Кашлем и Насморком скачут вокруг Цветка, обрывают ему лепесточки, Здравик беспомощно озирается).

**Здравик:** Что же вы натворили!!! Я так долго растил этот Цветок Здоровья! Хотел подарить его ребятам, чтобы они были всегда здоровы и никогда не болели! Что же мне теперь делать?

**Фырка:** (беспечно) Да ну, это ерунда!

**Кашель:** Конечно, подумаешь, вырастишь новый.

**Насморк:** Это же очень просто, раз и готово!

**Здравик:** Как вы не понимаете!!? Чтобы вырастить Цветок Здоровья, нужно много труда. Что же делать? Ребята, а вы мне поможете вновь вырастить Цветок?

**Ребята:** Да-а-а-а-а-а-а!

**Здравик:** Ребята, вы же знаете, что цветы вырастают из маленького зернышка? И для этого их нужно поливать водичкой, нужно, чтобы его согревало солнышко, тогда они оживают. А ведь у нас еще и не простой цветок, у нас Цветок Здоровья. Ребята! Посмотрите: в моем Волшебном сундучке есть разноцветные семена, разноцветные, как лепестки у Цветка Здоровья. Но, чтобы из этих разноцветных семян пророс Цветок Здоровья с разноцветными лепестками, их нужно оживить: выполнить сложные задания. Справитесь?

**Ребята:** Дааааа

**Здравик:** Что нужно делать, чтобы вырастить здоровье, чтобы стать здоровым, ребята? Подсказывайте! (Ребята подсказывают: закалятся, обливаться, гулять, кушать полезные продукты, а вредные - нет). Молодцы, вы много знаете! Так давайте же в нашем первом задании потренируем ум, отгадаем загадки о здоровье. (Фырка, Кашель и Насморк путают детей, делают неправильные подсказки).

1. Я шагаю по квартире,

Приседаю: три-четыре.

И уверен твердо я –

С нею ждет успех меня. (Зарядка)

1. Он – холодный, он – приятный,

С ним дружу давно, ребята.

Он водой польет меня,

Вырасту здоровым я! (Душ)

1. Никогда не заболею,

Если тело разогрею.

И холодная вода

Мне, ребята, не страшна. (Обтирание)

1. Настежь форточку открою,

Чистый воздух нужен мне.

Летом нужен и зимою,

Взрослым всем и детворе. (Проветривание)

1. Зимой в воде холодной

Купаться не боюсь

Я только здоровее, ребята,

Становлюсь. (Закаливание)

1. Солнца жаркие лучи

Летом очень горячи.

Чтоб здоровым, крепким быть,

Нужно с солнышком дружить,

В его лучиках купаться,

Бегать, прыгать, закаляться. (Солнечные ванны)

1. Овощи – мои друзья,

С ними подружился я.

Становлюсь здоровым,

Становлюсь активным,

Если каждый день съедаю… (Витамины)

**Здравик:** А теперь, ребятки, выходите, расскажите стихотворения. (Дети рассказывают стихи).

* 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 приключилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

**Здравик:** Ребята, вы молодцы! Вы очень умные и сообразительные! Вы оживили первое зернышко, зернышко Ума, (достает желтое бутафорское зернышко) и я могу посадить его в наш Волшебный Горшочек.

**Фырка:** (ехидно) А со вторым зернышком вы справитесь? Ведь для этого нужно спеть специальную песню.

**Насморк:** Да-да-да, а еще доказать, что вы умеете говорить добрые слова.

**Здравик:** Ребята, споете? Встаем на ножки. (Дети поют песню «Мотив здоровья «Цветок Здоровья»).

**Кашель:** Все равно вы не умеете говорить добрые слова, бе-бе-бе, кхе-кхе!

**Здравик:** Ребята, давайте встанем в большой круг. А центре посадим на Волшебный Стул ….(имя) и будем говорить …(имя) только хорошие, добрые, ласковые слова. (Ребята играют). Молодцы, ребята, присаживайтесь.

**Фырка:** Маша (Ваня), ну как, ты хорошо себя чувствуешь? … (Обращаясь недовольно к Здравику): Ну, ладно. Вы и второе зернышко оживили. (Здравик достает зеленое зернышко, опускает его в Волшебный Горшочек).

**Здравик:** Ребята, а давайте оживим сразу три зернышка и прогоним Насморк? Для этого нам нужно правильно дышать, правильно двигаться и уметь дружить!

Все собрались?

Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись.

Не зевай и не ленись,

И на конкурс становись!

Ребята, постройтесь в две команды. (Проводятся конкурсы «Задуй шарик ваты в обруч», «Поменяй предмет», «Пробеги дружно»). Садятся на места. Молодцы! Вы оживили зернышки и их можно посадить (сажает голубое, синее, оранжевое зернышки в Волшебный Горшок).

**Насморк:** Ах-ах-ах, и отсюда выселяют (убегает).

**Фырка:** А я, между прочим, знаю, как оживить еще одно зернышко, бе-бе-бе!

**Здравик:** А мы с ребятами тоже знаем, правда, ребята? Для этого нужно закаляться воздухом, водой и солнцем!

**Кашель:** (Хватает пульверизатор с водой) А вот я сейчас проверю, не боитесь ли вы холодной воды! (Бегает по залу, брызгает на детей). (Огорченно): Ах, они еще и хохочут! Получается, что не боятся и мне здесь делать нечего, кхе-кхе-кхе! (Убегает).

**Здравик:** Здорово, ребята! Мы можем посадить еще одно зернышко в Волшебный Горшочек. (Сажает фиолетовое зернышко).

**Фырка:** (Огорченно всплескивая руками): Да что ж такое, все у них получается. Но я уверен, что последнее зернышко вы ни за что не оживите! Я вас сейчас точно запутаю! Вот послушайте!

Вам, мальчишки и девчушки,

Приготовил я частушки.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

**Говорите:** нет, нет, нет. Готовы? (Дети - даааа)

* Постоянно нужно есть

Для зубов хороших

Фрукты, овощи, омлет

Творог, простоквашу. (Хлопают)

* Не грызите лист капустный,

Он совсем - совсем не вкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет? (Нет, нет, нет).

* Говорила маме Люба: -

Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы

Дырка в каждом, в каждом зубе.

Каков же будет ваш ответ? (Нет, нет, нет).

* Зубы вы почистили

И идёте спать.

Захватите булочку сладкую в кровать.

Это правильный совет? (Нет, нет, нет)!

**Фырка:** Хмммм, все правильно! А разобраться, где полезные продукты, а где – нет, сможете? (рассыпает по залу вперемешку полезные и неполезные продукты). А ну-ка, соберите полезные продукты в красную корзину, а не полезные – в зеленую! (Дети играют).

**Фырка:**Ну, что же, я вижу, ребята, что быть умными, дружными, ловкими и здоровыми у вас отлично получается! Я тоже хочу быть таким и буду стараться!

**Здравик:** Молодец, Фырка! Последнее зернышко ожило и его можно сажать в Волшебный Горшочек. (Сажает красное зернышко). А теперь: Солнца лучик проникает, Цветок Здоровья прорастает! (Звучит волшебная музыка). Ребята, посмотрите, наш Цветок вырос, и он стал еще лучше, чем прежде! Я дарю его вам и желаю крепкого здоровья! До свидания! (Прощаются, уходят).

**Литература:**

**1.** Е. И. Гуменюк, Н. А. Слисенко2011г.Детство-Пресс «Будь здоров!»

**2.** О. Б. Казина2008г. Академия Развития «Развлечения, праздник».

**3.** А. Х. Сундукова2010г. Дрофа «Волшебный мир здоровья».