**Сценарий развлечения для старших групп "День здоровья"**

**Цель:**

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* закрепить основные составляющие здоровья, вызвать желание заниматься физкультурой и закаливанием, выполнять правила гигиены.

**Ведущий.** Здравствуйте, ребята! Ребята, если мы здороваемся с кем-нибудь, что это значит?

**Дети:** Мы желаем ему здоровья!

**Ведущий.** А что такое здоровье?

**Ответы детей:** Это сила, красота, ловкость, чистота, гибкость, хорошее настроение.

**Ведущий.** Сегодня я хочу пригласить в путешествие по стране здоровья. Вы согласны?

**Дети отвечают:** «Да!»

**Ведущий.** Тогда отправляемся в путь. Занимайте свои места в нашем волшебном поезде.

*Дети встают друг за другом паровозиком, ведущий впереди и идут друг за другом.Останавливаются возле импровизированной станции. Ведущий громко объявляет название станции.*

**Ведущий. 1Станция «Зарядкино».** Чтобы быть здоровым, с чего надо начинать свой день?

**Дети:** С зарядки!

**Ведущий.**

Утром рано спозаранку  
Выходите на полянку.  
Расправляйте дружно спинку,  
Будем делать мы разминку.  
Утром рано мы проснулись-  
Потянулись, улыбнулись.   
Всем давно вставать пора.  
На зарядку детвора.

*Дети делают* ***зарядку под муз «Солнышко лучистое»***

**Ведущий.** Едем дальше!

*Дети паровозиком едут дальше.*

**Ведущий. Станция 2 «Чистюлькино».**

*слышится громкий плач.*

**Ведущий.** Что случилось?

*Из домика выходит взлохмаченный Незнайка, с грязными пятнами на лице и руках. Рубашка застёгнута, как попало.*

**Незнайка:**

Одеяло убежало.  
Улетела простыня.  
И подушка как лягушка.  
Ускакала от меня.  
Я за свечку, свечка в печку!  
Я за книжку, та бежать  
И вприпрыжку под кровать.  
Я хочу напиться чаю.  
К самовару подбегаю.  
Но пузатый от меня  
Убежал, как от огня.

**Ведущий.**

Незнайка только носик мочит.  
Умываться он не хочет.  
Как, ребята, называется  
Тот, кто плохо умывается?

**Ответы детей:** Грязнуля, неряха и т.д.

*Выходит из домика доктор Пилюлькин.*

**Пилюлькин:**

За вашими детьми слежу  
Уже который год.  
И откровенно вам скажу:  
Славный вы народ!  
Никогда у вас ребята  
Не едят немытых ягод.  
Чистят зубы, моют уши…  
А теперь хочу послушать,  
Как они научились этому.

*Дети рассказывают стихотворение хором*

Сам я встал сегодня рано,  
Чистить зубы сам пошёл,  
Сам умылся из под крана,  
И расчёску сам нашёл  
Перед зеркалом стою,  
Сам себя не узнаю  
Неужели это я?!  
Посмотрите на меня.

*Незнайка берёт за рукав одного из детей и говорит:*

**Незнайка:**

Лучше ты меня послушай.  
Я живу и бед не знаю:  
Мыло в глаз не попадает.  
Щётка дёсны не дерёт,  
Губка мокрая не трёт.  
Огурцы, морковь не мою…  
Хочешь друг, пойдём со мною?

**Пилюлькин:**

Нам тебя, Незнайка, жалко.  
Дарим мыло и мочалку.  
Дарим щётку мы зубную,  
И зубную пасту.

*Незнайка берёт подарки.*

**Пилюлькин:** А теперь детей послушай, зачем нам мыло и мочалка,зубная щётка и зубная паста. И кто такие микробы.

**Дети:**

1. Мыло бывает  
Разным-преразным:  
Синим,  
Зелёным,  
Оранжевым,  
Красным…  
Но не пойму:  
Отчего же  
Всегда  
Чёрной – пречёрной  
Бывает  
Вода?

2. Утром нужно непременно  
Чистить зубы ежедневно,  
Чтоб они здоровы были,  
А улыбка – лучшей в мире.  
Щётку с пастой мы берём,  
Смело в душ с собой несём,  
И теперь нам нипочём  
Стоматолога приём.

3. В глубоком черном подземелье  
Микробы страшные живут,  
И терпеливо, днём и ночью,   
Они детей немытых ждут.  
С немытых рук полезет в рот  
Противный маленький микроб.  
Полезет тихо, как шпион,  
И натворит такого он!

4. Микробов не надо, бояться!  
Надо сопротивляться!  
Ведь это страшная сила  
Боится простого мыла.  
Нужно мыться непременно  
Утром, вечером и днём,  
Перед каждою едою,  
После сна и перед сном!

**Пилюлькин:** Дорогой ты наш Незнайка,  
Очень, очень я прошу:  
Мойся чище, мойся чаще!  
Я грязнуль не выношу.

**Незнайка:**Сейчас умоюсь….*(умывается, приводит себя в порядок)*

**Ведущий:**Ребята**,** а вы знаете, какие ещё нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом?

*(Ответы детей)*

**Пилюлькин:** Это мы сейчас проверим.

***Эстафета «Перенеси предметы гигиены»***  
*Дети делятся на команды. Напротив каждой команды у противоположной стены стоят столы, на которых находятся различные предметы (мыльницы, зубные щётки, расчёски, игрушки и т.д.) Детям необходимо по одному подбежать к своему столу, выбрать предмет гигиены и вернуться назад. Побеждает та команда, которая быстрее и без ошибок справиться со своим заданием.*

**Пилюлькин:** Молодцы ребята, вы очень хорошо, справились с этим заданием, и я убедился в том, что вы все знаете правила гигиены.

**Ведущий:** А сейчас ребята мы продолжим свой путь на **станцию 3 «Крепышкино»,** едем с нами, доктор Пилюлькин.

**Незнайка:** Возьмите и меня с собой.

*Дети едут дальше. Прибыли на станцию на* ***станцию 3 «Крепышкино»***

**Незнайка:** Что-то холодно мне стало в вашем поезде. Где мой тулупчик? *(Кашляет и чихает)*

**Пилюлькин:**

Говорил ему зимой:  
Закалялся бы со мной!  
Утром бег и душ бодрящий.  
Как для взрослых, настоящий!  
На ночь окна открывать.  
Свежим воздухом дышать.  
Ноги мыть водой холодной.  
И тогда микроб голодный  
Нас во век не одолеет…  
Не послушался, болеет…

**Незнайка:**

Поздно понял братцы я.  
Как полезно закаляться.  
Кончу кашлять и чихать.  
Стану душ я принимать.

**Пилюлькин:**

Погоди ты, ой-ё-ёй!  
Крепким стать нельзя мгновенно.  
Закаляйся постепенно!

***Эстафета «Кто быстрее принесёт воды для закаливания»***

*Бегут с ведром к тазику зачерпывают воду, возвращаются к своей команде, выливают воду в свой таз, передают ведро следующему игроку.*

**Ведущий:**

Чтоб здоровым, крепким быть.  
Будем мы с водой дружить.

*(Дети отправляются дальше.)*

**Ведущий. Станция 4 «Солнечная».**

**Пилюлькин:**

Кто из вас ребята знает.  
Что закалке помогает,  
И полезно нам всегда?

**Ведущая:** Солнце, воздух и вода!

**Незнайка:**

Лето нас гулять зовёт,  
Солнышко давно нас ждёт!

***Эстафета «Собери солнышко».***

*Дети по одному из команды подбегают к своему столу у противоположной стены, берут по одной детали солнышка, прибегают к своей команде, и выкладывают в обруче солнышко. Побеждает команда, которая быстрее соберёт своё солнышко.*

**Ведущий:**

Чтоб здоровым, крепким быть,  
Будем с солнышком дружить.

*(Дети отправляются дальше.)*

**Ведущий. Станция 5 «Витаминная».**

**Пилюлькин:** Ребята вы знаете, какие продукты нужно кушать, чтобы быть здоровыми?

**Незнайка:** Конечно, знаем! Конфеты, газировку, шоколадки, жвачки. Чего тут знать-то. *(Ответы детей)*

*Пилюлькин загадывает загадки. Незнайка тоже пытается отгадать.*

Расту в земле на грядке я.  
Красная, длинная, сладкая. *(Морковь)*

Уродилась я на славу.  
Голова бела, кудрява.  
Кто любит щи  
Меня в них ищи. *(Капуста)*

Заставил плакать всех вокруг  
Хоть он и не драчун, а … *(Лук)*

Маленький горький – луку брат. *(Чеснок)*

Круглое румяное.  
Я расту на ветке:  
Любят меня взрослые,  
И маленькие детки. *(Яблоко)*

***Конкурс «Варим борщ и компот».***

*Из каждой команды выбираются по два ребёнка. Одной команде поручается отобрать продукты необходимые при приготовлении борща (овощи). Другой команде для приготовления компота (фрукты).*  
*Побеждает  команда,  быстро справившаяся со своим заданием и без ошибок.*

**Пилюлькин:**

Очень рад за вас сегодня,  
И совет такой вам дам –   
Занимайтесь физкультурой  
По утрам и вечерам!  
А за праздник наш весёлый  
Я вас всех благодарю.  
Свой подарок витаминный  
На здоровье всем дарю.

*Герои раздают яблоки детям.*