**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.*