**ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ**

**« В гостях у доктора Айболита»**

**(развлечение для детей старшего возраста)**

(7 апреля - Всемирный день здоровья)

воспитатель Гаврилова Т.К.

Муз. руководитель Родионова Л.Н.

**2017 год**

**Цель:** Вызвать у детей положительные эмоции, доставить радость от совместного общения.

 **Задачи**

- рассказать детям о новом празднике "День здоровья";

- закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках и пользе здорового питания и витаминов;

- воспитывать интерес к здоровому образу жизни, за­нятиям спортом.

**Оборудование:** магнитофон, костюмы микробов, овощей, ореха;

зубная щетка, расческа, зубная паста, "волшебная ко­робочка" или медицинский саквояж;

 картинки с изображе­нием полезных продуктов, содержащих витамины разных групп;

гимнастические палки, метелки, кубы, корзины, ска­мейки, медали и сладкие призы.

**Предварительная работа с детьми:**

- проведение занятий на темы: "Полезные и вредные привычки", "Что значит быть здоровым?", "Кто такие микробы?", "Витамины - защитники организма";

- знакомство детей на физкультурных занятиях с разными видами спорта, беседа о его значении для человека.

ХОД

Под музыку дети входят в зал, украшенный символикой и картинами, соответствующими празднику.

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День здоровья.

 Улыбкой светлой,

 Дружным парадом

 День здоровья начать нам надо.

 Давайте все дружно крикнем

 Дню здоровья: "Ура! Ура! Ура!"

Кто скажет, что значит "быть здоровым"? Да, вы правы, это значит не бо­леть, заниматься спортом и закаляться. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше потанцуем!

( Дети исполняют "Танец маленьких утят", муз. неизв. автора, сл. Ю. Энтина.)

**Ведущий:** Ребята, в гости к нам спешит Любимый доктор Айболит. Друзей здоровья нам покажет, О деле важном нам расскажет -Как быть сильным и отважным!

**Айболит:** Здравствуйте, дети и взрослые! Я - тот самый Айболит, Что всех излечит, исцелит. Но к вам приехал не затем, Чтоб ставить градусники всем. Тани, Лили, Пети, Вовы – Здесь, надеюсь, все здоровы?

**Дети:** Здоровы!

**Айболит:** Зубы чистите всегда?

**Дети:** Да!

**Айболит:** А мочалка и вода с вами часто дружат?

**Дети:** Да!

**Айболит:** Знать хочу еще ответ: а неряхи есть тут?

 **Дети:** Нет!

 (Под мелодию "Чунга-чанга" (сл. Ю. Энтина, муз. В. Шаинского) выбегают микробы и поют песню.)

**Микробы** (поют): Мы микробы - весело живем.

 Мы - микробы - песенку поем.

 Мы - микробы - очень любим грязь.

 Мы - микробы - ненавидим вас.

*Припев:*

Всех, кто любит умываться,

Сам умеет причесаться,

Руки мыть и чистить зубы, -

Мы нелюбим.

А нерях, грязнуль, лентяев,

Неумытых разгильдяев

Очень любим, очень любим.

**Ведущий:** Что нам делать, как нам быть?

 Кто нас сможет защитить?

**Айболит:** Не волнуйтесь так, ребятки,

 Отгадайте вы волшебные загадки

 А они же в тот же час

 Избавят от микробов вас.

(Айболит показывает фокус с коробочкой с двойным дном. В ней по очереди появляются: мыло, зубная щетка и паста, расческа. Все предметы Айболит отдает микробам, и они убегают.)

**Айболит:** Костяная спинка,

 Жесткая щетинка,

 С пастой мятной дружит,

 Нам усердно служит.

(Ответ: зубная щетка.)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

А зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.

(Ответ: расческа.)

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне –

Пусть отмоет руки мне.

(Ответ: мыло.)

Вот и нет микробов больше.

Но придут они опять,

Если будешь забывать

Руки с мылом мыть почаще,

Не давать микробам счастья

Жить в грязи.

Зубы вечером и утром чисти регулярно.

Причесаться не забудь

И всегда опрятным будь.

(Под медленную музыку в зал вносят на носилках толстяка Обжору.)

**Обжора:** Я - Обжора Робин-Бобин.

 Не могу пошевелиться,

 Не умею я трудиться,

 Тяжело мне и стоять,

 Всегда хочется мне спать.

 Только кушаю весь день.

 Много кушать мне не лень.

**Айболит:** Кушать много очень вредно –

 Шоколад и мармелад.

 Каждому из вас известно:

 Для организма - это яд!

**Обжора:** А не есть я не могу.

**Айболит:** Не волнуйся, помогу.

 Голодовку отменяем,

 Витамины принимаем.

**Обжора:** От таблеток сыт не будешь.

**Айболит:** Витамины находятся не в таблетках, а в продуктах питания, полезных для здоровья.

О витамине "А" расскажет ловко

 Спелая морковка.

**Морковь:** И сладка я, и вкусна,

 Витамин во мне есть "А".

 Кто меня в друзья берет,

 Тот растет, растет, растет.

**Айболит:** Ребята, кто знает, в каких еще продуктах есть витамин "А"?

**Дети:** В молоке, чесноке, рыбе, помидорах, зелени.

**Картошка:** А в картошкином лице

 Представлен витамин "С".

**Айболит:** В каких еще продуктах есть витамин "С"?

**Дети:** В капусте, смородине, луке, землянике.

**Орех:** А во мне есть витамин "В".

Всем давно известно, что орехи

Вкусны и полезны.

Кушай их с утра до темноты.

Будешь очень зорким ты.

**Айболит:** Да, благодаря витамину "В" у нас улучшается зрение. А в каких еще продуктах он присутствует?

**Дети:** В яйцах, кукурузе, мясе, сыре, твороге, черном хлебе.

**Айболит:** Вы совершенно правы, дети. Но мы назвали не все витамины, потому что их очень много. А если их много, значит, и полезной пищи тоже много. Ведущий: Видишь, Робин-Бобин, сколько съедобного назвали дети. Пища, в которой есть ви­тамины, называется здоровой. Это значит, что перечисленные продукты не вредят

нашему здоровью, а наоборот, его укрепляют. Но кроме здоровой пищи тебе нужно

знать еще об одном, чтобы, как все, мог ты бегать, играть, а не только есть и спать.

Вот еще вопрос.

Что нужно, чтобы каждый рос

С прямыми стройными ногами,

С широкой грудью моряка,

Чтоб рот был с крепкими зубами,

Чтоб с силой поднялась рука?

**Дети:** Закаляться, спортом заниматься, соблюдать режим дня, гулять

на свежем воздухе, правильно сидеть за столом, чистить зубы.

**Айболит:** Вам лениться не годится.

Помните, ребятки,

Даже звери, даже птицы

Делают зарядку.

**Ведущий:** Делу - время, час - забаве.

 Команда первая - направо.

 Тут - вторая становись!

 (Ведущий организует спортивные соревнования. По очереди в конкурсах принимают уча­стие команды детей средней, старшей и подготовительной групп.)

1. "Передай мяч"

Дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.

1. "Мачеха и Золушка"

В каждой команде первый ребенок - "Мачеха" - берет корзину с кубиками, бежит до ори­ентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку - "Золушке". Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.

1. "Баба Яга в тылу врага"

Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к ко­манде, передает метлу следующему игроку.

1. "Трудолюбивый муравей"

Первый участник команды берет гимнастическую палку, бежит до ориентира, обегает его, возвращается к команде и за ним за палку цепляется следующий игрок. В конце за нее долж­ны держаться все члены команды.

1. "Сквозь игольное ушко"

Участник бежит, продевает через себя обруч, добегает до ориентира, обегает его, возвраща­ется обратно и продевает снова через себя обруч, добегает до команды и передает эстафету.

1. "Бюро находок"

Со всех участников команды снимается по одному "башмаку" и кладется в кучу у ориен­тира. По очереди каждый участник команды должен сбегать за своей обувью. Победит та ко­манда, которая быстрее обуется.

**Ведущий:** Все команды хорошо играли, Все сразу здоровые стали. Но пока жюри победителей определяет, Айболит вам загадки загадает. Слушайте внимательно И отвечайте обязательно.

**Айболит:** Не пойму, ребята, кто вы?

 Пчеловоды? Рыболовы?

 Что за невод во дворе?

 Не мешал бы ты игре!

 Ты бы лучше отошел, мы играем в... (Ответ: волейбол.)

Короли-то, короли –

Воевать опять пошли!

Только начали войну –

Сразу съели по слону. (Ответ: шахматы.)

На льду я вычертил восьмерку –

Поставил тренер мне пятерку.

Что это за вид спорта?

(Ответ: фигурное катание.)

 В небо ласточкой вспорхнет,

Рыбкой в озеро нырнет.

(Ответ: прыжки в воду.)

О нем газеты говорят:

"Толкнул он дальше всех снаряд".

(Ответ: толкание ядра.)

**Ведущий:** А кто скажет, какие виды спорта из загадок бывают в программе зимних Олим­пийских игр, а какие – в летних?

(Жюри подводит итоги и вручает всем без исключения памятные медали "День здоровья".)

**Ведущий:** Вот настал момент прощания.

 Всем спасибо за внимание,

 За задор и звонкий смех,

 За огонь соревнованья,

 Обеспечивший успех.

**Айболит:** В мире нет рецепта лучше:

 Будь со спортом не разлучен.

 Проживешь ты до ста лет!

 Вот и весь секрет!