**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение общеразвивающего вида**

**«Большеулуйский детский сад №1»**

**Праздник для детей старшего возраста**

**«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»**

**Выполнил: Инструктор**

**физической культуры**

**Е.Н. Терешкова**

**с. Большой Улуй**

**Октябрь 2020 год**

**Цель:** Формировать потребность в здоровом образе жизни.

**Задачи:** Закрепление представление о здоровом образе жизни, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, развивать чувство коллективизма, ответственности, сплоченности.

Под музыку дети входят в зал.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Мы сегодня собрались с вами, чтобы поговорить о здоровье, потому что здоровье - самое дорогое, что есть у человека. Но что, же такое здоровье?

**Ведущий:** Ребята, вы все правы. Здоровье надо беречь, заботиться о нем с ранних лет. А вы хотите отправиться в страну «Здоровье»?

**Входит простуда.**

**Простуда:** Стоп! Стоп! Стоп! Ну, что, детишки, думаете вы все здесь здоровенькие и крепкие?

**Ведущий:** Ребята, кто это? (Ответы детей)

**Простуда:** Да, я Простуда! Хотите отправиться в страну «Здоровье», только откуда у вас силенки возьмутся? Ха-ха-ха, я кое-что видела сегодня утром. Вот, например, этот мальчик не делал зарядку! А вот этот не съел утром завтрак. Зачем вам эта страна «Здоровье»? Поедемте лучше со мной, в мою страну, (гордо) в страну «Простуда и болезнь», там можно целыми днями валяться в постели, ничего не делать, много спать, смотреть телик, пить таблетки. И, главное, мама не будет ни за что ругать! Поехали со мной, вам все равно ведь не хочется спортом заниматься!

**Ведущий:** Подожди, Простуда! Куда же ты наших детей заманиваешь? Не такие они, и мы сейчас тебе покажем, как мы умеем делать зарядку.

**Музыкальная разминка «Холодно замерзли руки»**

(Простуда отходит в сторону, сначала наблюдает за детьми, потом присоединяется. Ведущая проводит зарядку под веселую музыку)

**Простуда:** Да здорово у ребят получается. Но только для здоровья одной зарядки мало. Не попадете вы в страну «Здоровье», уж слишком много я для вас сюрпризов приготовила, с которыми у вас не хватит силенок справиться. Ха-ха-ха.

**Ведущий:** Ребята, что же нам делать? Как проехать в страну «Здоровье»? Простуда закрыла нам все пути-дорожки?

**Простуда:**Фею страны «Здоровья» заколдовал и посадил под замок злой волшебник и ей без вашей помощи не выбраться. А если вы выполните все мои задания, то попадете в страну «Здоровье». Первое. Что еще нужно для того, чтобы быть здоровыми?

(Ответы детей: Правильно питаться; Делать гимнастику по утрам; Гулять на свежем воздухе; Спать по 7-8 часов; Не испытывать стресс).

**Простуда:** Ну, хорошо, с первым заданием вы еле-еле справились, зарядку сделали, а что такое личная гигиена не знаете.

(Ответы детей: Умываться; Чистить зубы 2 раза в день; Мыть руки; Должна быть своя зубная щетка, расческа, полотенце и.т.д.; Ежедневно мыться и.т.д.).

**Эстафета «Мы – чистюли»** (Играют дети старшей группы)

Дети делятся на две команды. На столах лежат принадлежности личной гигиены и разные игрушки. Необходимо брать один предмет из принадлежностей и нести на противоположный стол. Выиграет та команда, которая быстрее перенесет все предметы и не ошибется.

**Ведущий:** Вот видишь, Простуда, как хорошо наши дети знают о предметах личной гигиены, и как их использовать. Даже тебе все показали и рассказали.

**Простуда:** Я и правда не знала, что зубы надо чистить 2 раза в день: утром и вечером. Спасибо, вам ребятки. Ладно уж, засчитаю я вам и это задание. Зарядку сделали, умылись, причесались, зубы почистили, а нашему организму все равно чего-то не хватает. Чего?

(Ответы детей - Витамины)

**Ведущий:** Ребята, где же нам взять витамины? (Ответы детей)

**Простуда:** Ха-ха-ха, попались голубчики. Ничего у вас не выйдет.

**Ведущий:** Нет-нет, Простуда, подожди. Мы сейчас отправимся в «Аптеку».

**Игра «Витамины»** (одна команда детей соберет фрукты, а вторая овощи)

**Простуда:** А вы не знаете какие продукты полезные, а какие нет! Ха-ха ха!

*(Ответы детей)*

**Ведущий:** Правильно - овощи и фрукты.

**Игра «Назови ласково»**

**Ведущий:** А где растут овощи и фрукты? (*Ответы детей - в огороде, на грядке, в саду)* Вот туда мы с вами и отправимся.

**Игра «В огород мы пойдем»** (Играют все дети)

Вот идет в огород, развеселый народ *(дети идут по кругу).*

Надо репу посадить, всех в округе удивить.

Мы лопату все возьмем, грядки вскапывать начнем *(копают землю).*

Дружно все копаем, репу мы сажаем *(присесть и положить зерно в землю).*

Не успели посадить, надо репу нам полить.

В руки лейки взяли, репу поливали *(поливают репку).*

Солнышко припекай *(руки вверх и покачать ими над головой)*

Нашу репу согревай *(опустить руки и показать на репку).*

Репа вырастет большой *(показать большую репку),*

Будем кушать мы с тобой (дети гладят себя по животу).

**Ведущий:** Ребята, прежде чем кушать овощи и фрукты, что необходимо сделать?

*(Ответы детей)*

(В это время Простуда исчезает, переодевается и появляется в образе Феи под лирическую музыку).

**Фея:** Здравствуйте, ребята! Вот и расколдовали вы меня своими знаниями, своей дружбой и упорством.

**Ведущий:** Ребята, так это же злая Простуда, которая не хотела нас пускать в страну «Здоровье», хотела, чтобы все дети болели, кашляли и чихали.

**Фея:** Злой волшебник заколдовал меня и превратил в Простуду, чтобы я никогда больше не увидела своей прекрасной страны. Но вы помогли мне - правильно выполняли задания, много знаете о здоровье и о том, как быть здоровыми. А теперь можно повеселиться.

**Музыкальная игра «Лепим ком большой»**

**Фея:** Мы славно повеселились с вами. Спасибо, вам ребята. А мне пора. До свидания!

*Ведущая и Фея прощаются с ребятами и дарят сладкие угощения.*