

Развлечение для детей подготовительной к школе группы

«В гостях у доктора Айболита»

Цель: Формировать двигательную активность детей; создавать условия для физической разрядки детей; укреплять физическое здоровье детей; прививать любовь и интерес к здоровью.

Задачи:

- закреплять имеющиеся представления о здоровом образе жизни;
- воспитывать осознанное отношение к своему здоровью;
- вызвать положительный эмоциональный настрой.

(Звучит веселая музыка, входит ведущая с ребятами)

Ведущая. Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами собрались на праздник, посвященный дню здоровья. Я вижу все вы здоровенькие, крепкие, веселые и самое время отправиться нам в **страну «Здоровье»**.

(Под тревожную музыку появляется Простуда, говорит, подкашливая ехидным и писклявым голосом)

Простуда. Ну, что, детишечки, думаете вы все здесь здоровенькие и крепкие?

Ведущая. Ребята, кто это? Что за гостя к нам пожаловала?

(*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. А этого вообще мама на машине привезла, как маленькую ляльку, ха-ха-ха. Зачем вам эта страна «Здоровье»? Пойдем-те 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 телек, пить таблетки. И, главное, мама не будет ни за что ругать! Пошли со мной, вам все равно ведь не хочется спортом заниматься!

Ведущая. (*Строго*) Подожди, Простуда! Куда же ты наших детей заманиваешь? Не такие они, и мы сейчас тебе это сможем доказать. Пойдём вместе с нами и убедишься, что здоровым быть лучше, чем больным. В путь дорогу собираемся. За здоровьем отправляемся.

Звучит музыка дети кружатся и повторяют слова : «Ты кружись, кружись, кружись, в страну здоровье переместись»

Ведущая. - Вот мы с вами и попали в страну здоровья. А как вы думаете, ребята, кто в этой стране живет? Я вам подскажу... послушайте мою загадку:

Ведущий: Очень добрый доктор этот.

Звери шлют ему приветы.

В даль любую он идёт,

Если кто-то позовёт.

Он без дела не сидит -

Наш любимый....

Дети: Айболит

(Звучит музыка. Входит доктор Айболит.)

Айболит: Здравствуйте, дети. Сколько гостей сегодня в нашей стране
Здоровья? А кто у вас болен?

Ведущий: Здравствуйте, добрый доктор Айболит. У нас все в порядке, все
здоровы.

Айболит: Я должен это проверить сам.

(Доктор начинает обход, действует по тексту.)

Айболит:

Сейчас я погляжу из-под очков на кончик ваших язычков.

У кого живот болит? У кого аппендицит?

Каждый раз перед едой фрукты моете водой?

Все дышите! Не дышите! Все в порядке, отдохните!

Руки дружно поднимите. Превосходно! Опустите.

Да, доволен я осмотром. Здоровы, действительно, здоровы!

Доктор Айболит. Здоровье – это когда человек сильный, крепкий и никогда
не болеет. Ребята, а вы знаете, что нужно делать для того, чтобы быть
здоровым? (ответы детей).

Для этого нужно заниматься спортом, закаляться, есть фрукты, овощи

Простуда (громко смеется): Ха-ха-ха...Ничего хорошо нет в этом
здоровье...Вот я ничего не делаю, спортом не занимаюсь и фрукты не
ем...все равно не болею, только всех хожу и заражаю (пробегают возле
детей, пугая их)

Доктор Айболит: (грозно) Ай-яй-яй! Разве можно себя так вести.

Простуда: Простите, доктор, но я даже не знаю...как это...делать зарядку.
Чего вы на меня ругаетесь...

Доктор Айболит: А мы с ребятами тебя научим! Повторяй за нами!

«Зайцы делают зарядку»

Простуда: Ой, спасибо! Теперь я тоже буду делать по утрам зарядку.

Д.А.: Да...а еще не забывай соблюдать правила гигиены. Какие правила
гигиены вы соблюдаете, дети? Давайте подскажем Простуде

Ответы детей

Доктор Айболит: Правильно. Перед едой моем руки, чистим зубы,
умываемся. А в этом нам помогают помощники. А какие помощники нам
помогают, вы отгадайте.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

(Мыло)

Вот какой забавный случай:
Поселилась в ванной туча.
Дождик льется с потолка
Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик теплый подогретый,
На полу не видно луж.
Все ребята любят ...

(душ)

Лег в карман и караулит
Реву, плаксу и грязнулю,
Им утрет потоки слез,
Не забудет и про нос.

(Носовой платок)

Хожу-брожу не по лесам,
А по усам и волосам,
И зубы у меня длинней.
Чем у волков и медведей

(Расчёска)

Костяная спинка,
Жёсткая щетинка.
С мятной пастой дружит,
Зубам усердно служит.

(зубная щетка)

Доктор Айболит: Молодцы ребята, все мои загадки отгадали.

Доктор Айболит. 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 зубки надо чистить 2 раза в день: утром и вечером. Спасибо, вам ребятки.

Простуда(начинает громко чихать)Ой-ой-ой...что же такое...

Доктор Айболит: Что ты, Простуда? А говоришь не болеешь никогда..

Простуда: Ох...вчера был сильный дождь и я босиком бегала по лужам. Вот и простудилась. Но было так весело. *(Кашляет и чихает)*.

Доктор Айболит: Разве можно бегать по лужам босиком. Нужно лужи было перешагивать или перепрыгивать. Вот сейчас ребята тебя научат. Ребята покажем, как нужно перешагивать лужи.

Ответы детей.

Эстафета №1 «Перейди через лужи» (все группы)

Доктор Айболит: Теперь ты поняла, как нужно перешагивать лужи, а не наступать на них, тем более, босиком.

Простуда: Да, теперь я все поняла.

Доктор Айболит: Ребята, чтобы быть здоровым и не болеть, нам необходимо для нашего организма витамины. Ребята, а где у нас встречаются витамины.

Ответы детей.

Доктор Айболит: Правильно. Витамины находятся в овощах и фруктах. А вы знаете фрукты и овощи?

Ответы детей.

Доктор Айболит: Тогда я предлагаю поиграть в игру. Мы будем собирать фрукты и овощи для вашего детского сада.

Игра «Собери фрукты и овощи» (мл. и ср.гр)

Доктор Айболит и Карлсон: Молодцы ребята.

Сейчас поспели ягоды, фрукты и овощи. Ешьте их побольше, чтобы быть здоровыми и крепкими. Но перед тем как их съесть, что нужно сделать?

Ответы детей.

Доктор Айболит: Правильно.

А сейчас наши дети покажут тебе какие они смелые, ловкие и быстрые.

Эстафета №2 (малыши) «Сороконожки»

по 5-6 чел 2 раза. Дети держат друг друга за пояс и всей цепочной оббегают ориентир.

Эстафета №2 (старшие) «Отбивание мяча»

Каждый игрок по очереди, отбивая мяч доходит до ориентира, затем оббегает его и возвращается на место.

Эстафета №3 «Попади в цель»

Метание мешочков с песком в горизонтальную цель (обруч).

Простуда. Да здорово у ребят получается.

Ведущий. Чтоб здоровым оставаться нужно правильно питаться!

В следующем конкурсе вам ребята нужно быть внимательными, если еда полезная отвечать «Да», если не полезная еда отвечать «Нет».

Игра «Да и Нет»

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? (Да)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет)

Щи – отличная еда

Это нам полезно? (Да)

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? (Нет)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (Да)

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? (Нет)

Овощей растет гряде.

Овощи полезны? (Да)

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? *(Да)*
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? *(Да)*

Эстафета №4 Перетягивание каната «Самые сильные».

Доктор Айболит: «А теперь беремся за канат
Кто сильнее из ребят?
Тот, кто перетянет, самым сильным станет!»

(после игры) Молодцы, ребята!

- Ну, что Простуда мы тебе доказали, что здоровым быть здорово!

Простуда: Спасибо, добрый доктор Айболит!

Спасибо вам, ребята! Я теперь буду здоровой, кушать витамины буду, делать зарядку, и прогоню эту простуду....Ура! Давайте веселиться!

Танец « Новый день придет!»

Ребята, давайте попрощаемся с Доктором Айболитом и Простудой! Нам пора возвращаться в детский сад.

Дети прощаются с героями

Ведущая: Ребята, интересное у нас с вами путешествие получилось.

Пообещайте мне, что не забудете правила, как остаться здоровыми и будете каждый день выполнять их.

До свидания!

