**Сценарий развлечения для подготовительной и старшей групп по формированию здорового образа жизни «Где ты прячешься, здоровье?»**

**Цель:**формирование знаний о здоровом образе жизни.

**Задачи:**охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей,

развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни,

развивать мышление, умозаключение, речь, память, внимание.

**Ход развлечения**

**Воспитатель:** «Здравствуй», — люди говорят. Это слово просто клад!

Здравствуй, значит — будь здоров! И не нужно больше слов.

Если здравствуй, ты сказал, ты здоровья пожелал.

Здравствуйте, родители!!!

Сегодня мы проводим акцию «Мы за здоровый образ жизни!».

**Воспитатель:**  Если день начать с зарядки - значит, будет все в порядке».

И именно так начинается у нас в группе каждое утро:

***№1 Зарядка (под музыку В.Высоцкого)***

*(под музыку дети вбегают в зал, показывают утреннюю зарядку)*

**Речевка:**

«По утрам зарядку делай: будешь сильным, будешь смелым!

 Вдох – выдох! Улыбнись! И на место ты садись!»

**№2 Загадки**

**Воспитатель:** А сейчас для вас ребятки, загадаю я загадки.

Я начну, а вы продолжите, хором дружно отвечайте!

Здоровым будешь ты всегда, коль будет правильной **еда.**

Будешь правильно питаться, будешь лучше **развиваться.**

Натуральные продукты это овощи **и фрукты.**

Хочешь быть здоровым — слушай! Каждый день ты супчик **кушай!**

Для костей твоих, дружок, нужен утром **творожок.**

Чипсы, жвачка, сухари, это всё твои **враги!**

Дети! Правильно питайтесь! Быть здоровыми старайтесь!

**№3 Вредные привычки**

**Ведущий:**

Если хочешь долго жить,
Умей не пить и не курить!
Здоровый образ жизни моден,
От куренья стань свободен.

Алкоголь нам всем опасен,
Без него наш мир прекрасен.
Давайте люди всех планет
Вредным привычкам скажем: "Нет! "

Тогда мы будем все дружны
И сигареты не нужны.
Когда вам это будет ясно,
Станет наша жизнь прекрасна!

**Ведущий:**

Вредным привычкам!

**Дети:** НЕТ!!!

**Ведущий:**

Здоровому образу жизни…

**Дети:** Да!!!

**Стихи дети:**

**Паша**

Как за столиком в буфете
Дядя курит – дым столбом!
Выбрось, дядя, сигарету —
Задымилось всё кругом

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ну зачем ты, дядя, куришь?
И не слушаешь врача;
Почернел ты, будто буря,
Как на юге саранча

**Полина**

Всех ты ядом травишь, дядя,
И себя не бережёшь;
Всё дымишь, на стену глядя!
Всё внутри себе сожжёшь

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Лучше, дядя бы, детишек
Ты бездомных накормил!
Сколько денежек, рублишек
Ты напрасно прокурил?

**Дарья**

Я усвоил, дядя, прочно –
Нужно нам себя беречь!
И одно я знаю точно –
Сигареты брошу в печь!

**№4 Личная гигиена «Загадки»**

**Воспитатель:**

Чистота — залог здоровья,
Чистота нужна везде:
Дома, в садике и на работе,
И на суше, и в воде.

Назовите, какие предметы вам необходимы для личной гигиены.?

Я загадаю загадки, и если ответ будет правильный, на экране появятся отгадки.

1.Трудно его в руках удержать, намочу — начинает из рук ускользать.

Много пены от него, грязь уходит с рук легко.

2.В руки я её беру и по волосам веду.

Волосы лежат рядками под острыми её зубами.

3.Чистить зубы помогает. На щетинке паста тает.

Ею чистить каждый день зубы нам совсем не лень.

4.Рёву и грязнулю им сейчас утру я.

Если насморк приключится, тоже очень пригодится.

5.В ванне вымылся и вот — оно тебя давно уж ждёт.

Вытрешься и ты — сухой, а оно намокло, ой,!

Ребята, можно ли давать другим людям свои предметы личной гигиены?

**№5 Пантомическая зарядка**

**Ведущий:**

Вот снарядов разных смен
Не боится тот спортсмен -
В упражненьях многим даст
Фору опытный гимнаст.

(Дети строятся на понтамическую гимнастику)

— Будто взяли в руки мяч, он об пол стремится вскачь.

— А теперь вы наклонитесь, штангу поднимать боитесь?

— Вот скакалки вы берите, через них сейчас скачите!

— Взяли обручи, и вот крутим бёдрами, народ!

Энергичнее крутите, обручи не уроните!

— А теперь бегом, бегом, бег на месте и кругом!

— Мы теперь уже поплыли, вот и к берегу приплыли!

**№6 Стихи про режим дня**

1

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

2

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться–
На зарядку становиться!

3

Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.

4

У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день.

5

Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.

6

Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты-
Вот полезная еда,
Витаминами полна!

7

 На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

8

Ну, а если уж случилось:
Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда!

9

Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

**№7 Песня про здоровый образ жизни**

**Ведущий:**

Мы прощаемся с вами, друзья!

Пусть здоровая будет ваша семья!

**Здоровый образ жизни вести призываем!!!** ВСЕ ДЕТИ ВМЕСТЕ!!!

**Ведущий:**

А если так, подходи сюда!

Оставь свой отпечаток здесь.

Вырази свое мнение о здоровом образе жизни,

Оставь свой отпечаток на полотне «Мы за здоровый образ жизни!»