**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!»