Муниципальное Бюджетное Дошкольное Учреждение

сад общеобразовательного вида №5

п.Энем Республика Адыгея

**Конспект развлечения ко Дню здоровья в подготовительной группе**

Воспитатель:

Мезох Асиет Махмудовна

2024г

**Ведущий**. Здравствуйте ребята! Сегодня мы с вами отмечаем очень важный праздник День здоровья.

Нынче праздник, важный день

Встретить нам его не лень.

Здоровья день, день красоты.

Его все любят- я и ты.

И все вокруг твердят всегда:

«Здоровым быть- вот это да!»

Ребята, скажите, а что значит быть здоровым( Здоровье- это хорошее настроение, когда человек сильный, крепкий и никогда ничем не болеет)

А что бы сохранит и укрепить наше здоровье, что мы должны делать (соблюдать режим, заниматься спортом, закаляться, правильно питаться)

Правильно ребята, ведь от того , насколько вы занимаетесь спортом, как правильно соблюдаете режим, питаетесь, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня , на соревнованиях мы узнаем основные секреты крепкого здоровья. А также покажем, друг другу, что мы знаем о здоровом образе жизни и как мы умеем укреплять свое здоровье.

И к нам на праздник мы пригласили доктора, который проведёт осмотр участников перед соревнованиями. А вот и он

**Доктор Пилюлькин :** Здравствуйте ! меня зовут\_ доктор Медуница

**Ведущий**: Здравствуйте ! Как вы добрались?

**Доктор** : Ой, я так торопилась. Так боялась опоздать! Мне сообщили, что в вашем детском саду проходит спортивный праздник.

**Ведущий:** Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только научился. И нам нужна ваша помощь: перед всеми соревнованиями врач должен осмотреть спортсменов, не больны ли они, могут ли участвовать состязаниях.

**Доктор:** Я с удовольствием осмотрю ваших детей.

Внимание дети!

Встали на ножки

Все дышите! Не дышите!

Руки вместе поднимите!

Превосходно , опустите!

Наклонитесь вправо- влево!

А теперь присядьте, встаньте!

Можете попрыгать на одной ноге, на другой, на обеих!

Отдохните, потянитесь и друг другу улыбнитесь!

Очень я довольна осмотром! Все дети здоровы , можете начинать соревнования!

**Ведущий**: ребята , каждое утро , мы мерим температуру. Чтобы определить здоровы мы или нет.

**Предлагаю вам поиграть в игру: «Игра Градусник»**

Первый игрок бежит с градусником до стульчиков, на кортом сидит игрушка , ставит градусник и бежит обратно 2-ой игрок бежит, забирает градусник и передает его следующему игроку.

**Доктор**: А теперь мы немного отдохнём и вспомним о правилах личной гигиены. Ведь гигиена – это очень важный фактор здоровья. Какие правила вы знаете. (ответы детей0

-утром и вечером чистить зубы

-ежедневно принимать душ

- перед едой мыть руки

- каждый деть менять нательное белье, т. д

**Ведущий:** Ребята, а скажите мне пожалуйста какие предметы личной гигиены мы должны пользоваться(зубная щетка, мочалка, шампунь, расческа, зеркало, влажные салфетки, полотенце, носовой платок.)

**Доктор :** Давайте поиграем **Игра « Будь внимателен»**

Перед каждой командой в корзине различные предметы. По сигналу, первый участник бежит к корзине и выбирает один предмет личной гигиены, возвращается к своей команде и кладет, на поднос передает эстафету.

**Ведущий:** Молодцы ребята, вы знаете , чтобы быть здоровыми , нужно кушать полезную еду, особенно овощи и фрукты. А давайте поиграем

**Игра « Овощи и Фрукты»**

Дети встают в круг, каждый выбирает фрукт или овощ. У взрослых тоже по одному муляжу . дети бегают под музыку. По окончанию музыки дети должны найти себе соответствующий» домик» и подбежать к нему. Взрослые меняются и продолжают игру

**Доктор** : Ребята, посмотрите сколько у нас витамина Д (показ корзину с жёлтыми мячиками) давайте поиграем с витаминами.

**Игра « Собери витамины»**

Ведущий высыпает из корзины желтые мячики «витаминки» По сигналу игроки собирают витаминки в свои корзинки. Побеждает та команда, у которой больше «витаминок»

**Ведущий:** Вот так дружно и весело мы прошли все состязания . еще раз напомнили друг другу как важно быть здоровыми и как правильно укреплять свое здоровье.

**Доктор**: Молодцы ребята! Я , в свою очередь хочу пожелать вам , вашим папам и мамам, хорошего настроения и успехов. До свидания !