

**Хорошо здоровым быть!**  
*Развлечение для старшей группы ДОУ*

**Цель:** формировать у детей представление о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- ❖ Приучать детей активно участвовать в коллективных играх;
- ❖ воспитывать самостоятельность;
- ❖ развивать физические и нравственные качества.

Звучит песня «Вместе весело шагать!» В. Шаинского. Дети входят в зал,  
салятся на стульчики.

**Ведущий:**

В музыкальный зал сегодня  
Пригласили всех ребят.  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается у нас.

**Стук в дверь.**

**Ведущий:**

Что за гость спешит на праздник?  
Как зовут его, узнай?  
А для этого загадку поскорее отгадай:  
«Приходи к нему лечиться  
Зверь любой, любая птица.  
Всем помочь он поспешит  
Добрый доктор ...  
**Дети:** Айболит!

**На ширме появляется кукла Айболит.**

**Ведущий:** Доктор Айболит, а что же ты такой маленький? Как же ты с детьми играть будешь?

**Айболит:**

Злой Волшебник Бармалей,  
Ненавидевший людей,  
Съел в жару большую льдину  
И, пожалуйста, - ангина.  
Чтоб злодея уморить,  
Я его не стал лечить.  
И за это поплатился –  
Сразу в куклу превратился!  
Чтоб исчезли эти чары,  
Трижды крикнуть: «Тары-бары!  
Тары-бары, растабары,

Улетайте, злые чары!»

**Дети повторяют 2-3 раза заклинания. Из-за ширмы выходит воспитатель в костюме доктора Айболита**

**Айболит:**

Вот спасибо, ребятишки,  
Я теперь у вас в долгу.  
Только что у вас за праздник  
Догадаться не могу.

**Ведущий:** День здоровья отмечает детский сад.

**Айболит:**

«Сад» - понятно, это место,  
Где деревья все растут.  
Почему же сад вдруг «детский»?

**Ведущий:**

Чтобы было интересней,  
На вопрос ответим песней.  
Песенку мы все споем,  
Как мы в садике живем.

**Дети поют песню «Ах как хорошо в садике живется!» муз. и сл. С. Насауленко**

**Айболит:**

Вот теперь мне все понятно.  
Рада я за вас, ребята!  
А знакома вам зарядка,  
Дорогие малыши?

**Дети:** Да!

**Айболит:**

Я учитель по здоровью,  
Обучаю всех с любовью:  
Рано утром просыпайся,  
Маме с папой улыбайся,  
И зарядкой занимайся,  
И водою обливайся,  
И в квартире убирайся,  
Аккуратно одевайся,  
Быстро в садик собирайся.  
А вы, ребята, любите мыло душистое, и полотенце пушистое, и свежую воду?  
**Дети:** Да!

**Дети исполняют весёлую зарядку. Музыка «Солнышко лучистое»**

**Слышится шум мотора.**  
**Вбегает Карлсон. Он держится за сердце, за поясницу, охает.**

**Ведущий:** Карлсон, что с тобой, ты заболел? Вставай, у ребят сегодня праздник.

**Карлсон:** Опоздал! Я так спешил, торопился и... заболел. Но поверьте мне, ребята, в этом я не виноват.

**Ведущий:** А скажи-ка, Карлсон,  
Чем ты занят по утрам?

**Карлсон:**  
Я, ребята, долго сплю,  
До полудня я храплю.

**Ведущий:**  
Расскажи, нам по порядку,  
Часто делаешь зарядку?  
Спортом занимаешься?  
Водой обливаешься?

**Карлсон:**  
Нет! Зарядки-то, ребята,  
Я не делал никогда!  
Закаляться?

Страшно, братцы:  
Ведь холодная вода!

**Ведущий:** Кажется, я знаю, чем вылечить Карлсона. Нужно дать ему варенья (дает Карлсону баночку с вареньем).

**Карлсон:** И побольше!

**Карлсон** (ест ложкой варенье): Ой! Полегче стало!

**Ведущий:** Ну что ж, продолжим лечение?

**Ведущий дает Карлсону большую конфету. Карлсон прыгает, радуясь.**

**Ведущий:** Карлсон, как ты хорошо прыгаешь! А запить тебе не хочется, ведь все это сладкое.

**Карлсон:** Еще как (достает из кармана фанту, пьет).

**Карлсон:** Желтая фанта - напиток для франта.

**Айболит:** Карлсон, ты неправильно питаешься.

**Карлсон** (достает бутерброд):  
Стать здоровым мне помог  
С красным кетчупом хот-дог.

**Дети:**  
Будешь часто есть хот-доги,  
Через год протянешь ноги.

**Карлсон:**  
В благодарность пепси-коле

Лучше всех учусь я в школе.

**Дети:**

Обопьешься пепси-колы,  
Не дойдешь, дружок, до школы –  
Не помогут и уколы.

**Карлсон:**

Знайте, дамы, господа:  
«Сникерс» - лучшая еда!

**Дети:**

Будешь кушать «Сникерс» сладкий,  
Будут зубы не в порядке.

**Ведущий:** Ребята, какую еду нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

**Дети:** Овощи, фрукты.

### **Карлсон играет с детьми в игру на быстроту «Свари борщ», «Свари компот».**

**Ведущий:** Молодцы, ребята! Знаете, что нужно для компота и борща.

**Айболит:** Сейчас лето, поспели ягоды, выросли фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть кипяченой водой, а руки - мылом.

**Ведущий:** От простой воды и мыла  
У микробов тает сила.

**Карлсон:**

Нет, ни к чему перед едой  
Мыть фрукты, овощи водой.  
Их нужно съесть, водой запить,  
Потом в животике помыть.

**Ведущий:** Карлсон, ты такой большой и в меру упитанный мужчина в самом расцвете сил, а говоришь такие глупости. Все ребята знают...

**Дети:** Чтоб от микробов защититься,  
С водой и мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой  
Мыть фрукты, овощи водой.

**Карлсон:** Теперь я понял, я буду стараться делать правильно, чтобы не заразиться микробами.

### **Наклоняется к детям, пытается причесать их своей расческой, вытереть нос своим носовым платком.**

**Ведущий:** Карлсон, что ты делаешь? Какой ужас!

**Айболит:** Расческа, носовой платок - это предметы личного пользования, они должны быть у каждого человека свои, и никому, даже тому, кого больше всех

любишь, не давать их. Ребята, а вы знаете, что можно, а что нельзя давать друг другу?

**Ведущий предлагает поиграть в игру «Можно-нельзя».**

На столе лежат предметы личного пользования, которыми пользуются дети. Дети по очереди поднимают вещь и говорят, можно ею пользоваться сообща или нет.

(Нельзя пользоваться: зубной щеткой, расческой, полотенцем, тапочками, носовым платком и т. д.; ключ никому давать нельзя.)

**Айболит:**

Любите холодную воду, она закаляет ваше тело и ум.

**Карлсон:**

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

**Все** (Ведущий, Айболит, Карлсон):

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Закаляйся, детвора,

В добрый час: Физкульт-Ура!

**Дети:** Ура!

**Карлсон:** Ну ладно, я поеду, расскажу про все это, что узнал, своим друзьям.

Вот мой руль. Дети, цепляйтесь за меня, прокачу вас с ветерком.

**Под песню Ю. Чичкова «Физкульт-Ура» дети покидают зал.**