**Развлечение "День здоровья"**

в средней группе детского сада.

Разработал воспитатель:

Огородникова О.А.

**Цель**: приобщить детей к здоровому образу жизни
**Задачи:**
- закреплять у детей культурно - гигиенические навыки;
- закреплять знания о правильном и здоровом питании;
- развивать физические навыки.

**Ход развлечения**

*Звучит веселая песня, дети заходят в зал*
**Воспитатель:** Здравствуйте, ребята. Сегодня у нас с вами праздник – День здоровья. А чтобы нам всем быть здоровыми, я предлагаю подарить частичку здоровья каждому из нас
*Песенка «Здравствуйте, ладошки» М. Картушиной (в записи)*
*Дети садятся на стулья*
**Воспитатель**: Ребята, скажите мне, а вы все здоровы? У вас ничего не болит?
*Дети отвечают*
**Воспитатель**: А скажи мне, пожалуйста, а что нужно делать чтобы не болеть?
*Дети отвечают*
**Воспитатель:** Вы дали мне правильные ответы. И сейчас я хочу загадать вам загадки о тех предметах, которые помогают нам сохранить наше здоровье
**Загадки:**
1. Ускользает, как живое,
но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
руки мыть не ленится. *(Мыло)*
2. Вкуса нет, цвета нет,
без нее жизни нет! *(Вода)*.
3. Резинка Акулинка
пошла гулять по спинке.
И пока она гуляла,
спинка розовая стала. *(Мочалка)*.
4. Хожу-брожу не по лесам,
а по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
чем у волков и медведей *(Расческа)*.
5. Дождик теплый и густой,
этот дождик непростой.
Он без туч, без облаков
целый день идти готов. *(Душ)*.
6. Костяная спинка, на спинке – щетинка,
По забору прыгала, всю грязь выгнала. *(Зубная щетка)*.
**Воспитатель:** Молодцы, ребята, я вижу, что вы следите за своим здоровьем.

А, что еще нужно, чтобы быть здоровым?

-Правильно, нужно заниматься физкультурой

Я вам предлагаю преодолеть **полосу препятствий.**

-Молодцы, все справились.

-А, что еще нужно, чтобы быть здоровым?

-Правильно, хорошо и правильно питаться.

**Воспитатель:** А мы сейчас узнаем, что надо кушать
Каша-вкусная еда. Это нам полезно? *(да)*
Творог, сыр, кефир всегда нам полезны, дети? *(да)*
Лук зеленый иногда нам полезен, дети? *(да)*
В луже грязная вода нам полезна, дети? *(нет)*
Фрукты – просто красота! Это нам полезно? *(да)*
Грязных ягод иногда съесть полезно, дети? *(нет)*
Сок, компотик иногда, нам полезны дети? *(да)*

 **Игра «Фрукты – овощи»**
Две команды детей разбирают фрукты и овощи из одной большой корзины на две маленькие.

**Воспитатель:** Ребята, а сейчас я вам предлагаю поиграть в **игру «Салют»**

**Воспитатель:** И в завершении нашего развлечения хочется **пожелать:**

Будьте здоровыми, дети,

Дружите со спортом, игрой,

Закаляйтесь, обливаясь водой.

Кушайте – мой вам совет –

Кашу – на завтрак, щи – на обед!

Будьте здоровыми, дети!

