

Праздник в старшей группе ко Дню здоровья

Ольга Подчередниченко

Праздник в старшей группе ко Дню здоровья

Путешествие в страну **Здоровья**

Вед.: Дорогие ребята, мы сегодня собрались здесь, чтоб поговорить об очень важной вещи — **здоровье**. Скажите, что говорят люди друг другу при встрече?

Дети: Здравствуйте, добрый день, доброе утро.

Вед.: Совершенно верно! А кто знает, что обозначает слово «*здравствуйте*»? В одной умной книге — энциклопедии — написано, что оно оно означает пожелание **здоровья**. Ребята, скажите. А вы любите путешествовать.

Дети: Очень любим!

Вед.: Я предлагаю вам сегодня отправиться в путешествие. Как вы думаете каких людей берут в путешествие?

Дети: Сильных, дружных, смелых, **здоровых**, физически крепких.

Вед.: Вы все **здоровы**? Замечательно! По соседству от нас есть чудесная планета. Она называется «**Здоровье**». Как вы считаете откуда взялось такое название?

(Ответы детей) Да, все жители этой планеты заботятся о своём **здоровье**. Ребята, к нам пришла телеграмма, прислал её доктор **Айболит**:

«Помогите! Спасите! На нас напали микробы из других миров!»

Ребята, нам надо помочь нашим друзьям, но планета **Здоровья** **очень далеко**. На чем мы можем туда отправиться *(Ответы детей)* А давайте полетим на самолёте, но сначала нам нужно открыть волшебные двери что бы попасть на планету. Вы согласны?

Дети: Да!

Проводится пальчиковая гимнастика:

Начинаем колдовать,

Двери в космос открывать.

Хоть замочек очень крепкий,

Металлический и цепкий,

Мы его сперва покрутим,

А потом три раза дунем,

Покачаем раз, два, три-

Дверь, замочек отомкни!

Двери открываются,

Путешествие начинается!

Вед: Приготовились, взлетаем!

Песня «Самолет»

Вед: Ребята, вы почувствовали невесомость. Наши тела стали легкими-лёгкими, руки и ноги двигаются плавно и медленно. Мы как будто парим в воздухе. Странно, но нас почему то никто не встречает. Что же случилось с жителями планеты **здоровья**? вспомните, о чём говорилось в телеграмме.

Дети: О микробах.

Вед: Может быть, это и правда проделки хитрых и коварных микробов. Но прежде чем спасти жителей нужно вспомнить о правилах **здоровья**.

Стихи:

Зубы чтоб всегда блестели,
Никогда чтоб не болели,
Будет пусть тебе не лень
Чистить их два раза в день!
Вот ещё совет простой
Руки мой перед едой!
Полотенце и расчёска,
И стакан, зубная щётка
Быть всегда должны своими-
Ты не пользуйся чужими!

Пусть запомнят все ребята:

Регулярно мыться надо
И водичкой обливаться
Чтоб расти и закаляться!
Очень важно это знать
Всем ребятам и тебе
Ногти надо подстригать
И держать их в чистоте!

Обязательное правило
Соблюдать не забывай
Рот при кашле и чихании
Ты ладошкой прикрывай!
Нужен тёплый шарф зимой,
Дождевик и зонт-весной!
Помнить это **постарайся-**
По погоде одевайся!
Дети садятся.

Появляется 1-й Микроб.
Я хитрюга, ха-ха-ха!
Быть **здоровым-чепуха!**
Суйте грязный палец в ротик,
Как живёте, как животик?
Ну а голова болит?
Меня это веселит!
До чего же я пригож!
Я микробушка — хорош!

Вед: Дети, микробы полезны (*Ответы детей*) Скажи-ка Микроб, где жители этой планеты?

1-й Микроб: Я их всех заразил!

Вед: Ребята, чтобы спасти жителей этой планеты, я буду загадывать вам загадки, а вы попробуйте их отгадать.

Загадки:

Удобно взять когда сухое,
Потом придётся намочить,
И сразу станет как живое
Давайте будем с ним дружить! (*мыло*)
Фея для любых причёсок,
И защипов,и зачёсов.

Много зубьев у тебя,
Но не просишь съесть меня (*расчёска*)
Висит на стенке чистое,
Мягкое,ворсистое,
Ласковое как море.
Что это такое (*полотенце*)

Вед: Дети, как вы считаете, эти предметы помогают быть **здоровыми**?

Дети: Да!

Вед: Конечно, помогают, молодцы! Смотрите, а микроб исчез, мы его своими ответами уничтожили.

Появляется 2-й Микроб.

2-й Микроб: Не боюсь я вас!

Вед: А я Микроб знаю волшебные слова. Да ещё мы с детьми будем сейчас делать гимнастику, чтобы ты исчез!

Кро-ко-кас!

Уходи Микроб от нас,

Чтоб с болезнями не знаться,

Надо спортом заниматься!

Ты Микроб не отставай,

Зарядку с нами выполняй!

Дети выполняют гимнастику.

2-й Микроб:

Ох, зарядку делать не могу,

И сейчас я упаду.

Здоровый образ жизни не для меня,

Ой, умираю, погибаю я.

Вед: Дети давайте ногами затопаем,

В ладоши хлопаем,

Лучше ты, Микроб уйди,

Не встречайся на пути!

Вед: Ребята, микробы исчезли. А как вы думаете, мы спасли жителей этой планеты?

Ну, конечно, мы помогли нашим друзьям, а чтобы микробы больше сюда не залетели, мы посадим здесь деревья.

Танец

Вед: Дети, как можно защитится от микробов?

Дети: Закаляться, умываться, спортом заниматься, витамины принимать, есть фрукты и овощи, мыть руки с мылом.

Вед: Правильно ребята. **Здоровье — это зарядка**, это розовые щёчки, это когда мы сильные, ловкие, смелые и весёлые. Дружите с витаминами употребляйте в пищу разные фрукты и овощи.

Появляется Айболит

Айболит:Здравствуйте ребята!А вы не болеете?Сейчас я вас осмотрю!

Попрошу красиво встать,

И команды выполнять!

Все дышите, не дышите!

Всё в порядке, отдохните.

Вместе руки поднимаем,

Превосходно, опускаем.

Наклонитесь, разогнитесь,

Встаньте прямо, улыбнитесь.

Да, осмотром я доволен,

Из ребят никто не болен.

Каждый весел и **здоров**,

И не надо докторов!

Вед: Молодцы ребята! Мы сегодня с вами вспомнили об очень важных правилах. Я надеюсь, что вы их будете соблюдать. Ведь быть **здоровыми-это здорово!**

Песня «**День здоровья**»

На этом **праздник подходит к концу.**