**Развлечение «День Здоровья»**

**Средняя группа №6 "Улаалзай"**

**Воспитатель: Батуева Д.Ш.**

Мероприятие формирует представление о здоровом образе жизни. Проводится с целью закрепить основные составляющие здоровья, вызвать желание заниматься физкультурой и закаливанием, выполнять правила гигиены.

**Цели:** формировать [представление о](http://ds88.ru/3957-konspekt-zanyatiya-po-formirovaniyu-elementarnykh-matematicheskikh-predstavleniy-v-starshey-gruppe-na-temu-predstavlenie-o-ravenstve-predmetov.html) [здоровом](http://ds88.ru/284-vzaimodeystvie-vospitatelya-i-roditeley-v-formirovanii-u-detey-potrebnosti-v-zdorovom-obraze-zhizni.html) образе жизни; закрепить основные составляющие здоровья, вызвать [желание](http://ds88.ru/7702-razvivaem-u-detey-zhelanie-poznavat-okruzhayushchiy-mir-iz-opyta-raboty.html) [заниматься](http://ds88.ru/1657-zanyatie-po-fizkulture-v-sredney-gruppe-fizkulturoy-zanimatsya-nam-ne-len--s-ney-my-druzhim-kazhdyy-den.html) [физкультурой](http://ds88.ru/9898-formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-u-doshkolnikov-na-zanyatiyakh-fizkulturoy.html) и закаливанием, выполнять правила гигиены.

**Воспитатель:** Здравствуйте, [ребята](http://ds88.ru/1420-zanyatie-po-plavaniyu-lyagushata--druzhnye-rebyata.html)! Ребята, если мы здороваемся с [кем](http://ds88.ru/3111-kem-ty-budesh--kogda-stanesh-vzroslym-.html)-нибудь, [что](http://ds88.ru/1552-zanyatie-po-razvitiyu-rechi-na-temu-didakticheskaya-igra-chto-to-tut-ne-tak--instsenirovanie-skazki-na-novyy-lad-kolobok.html) это значит?

**Дети:**Мы желаем [ему](http://ds88.ru/6784-praktikum-dlya-pedagogov-agressivnyy-rebyonok-kto-on-i-kak-emu-pomoch-.html) здоровья!

**Воспитатель:** А [что такое](http://ds88.ru/10220-chto-takoe-druzhba.html) здоровье?

**Дети:**[сила](http://ds88.ru/5462-neposredstvenno-obrazovatelnaya-deyatelnost-bogatyrskaya-nasha-sila.html), [красота](http://ds88.ru/3176-kompleksnoe-zanyatie-raduga--chudo--krasota-prirody.html), ловкость, [чистота](http://ds88.ru/6390-plan-konspeekt-zanyatiya-dlya-detey-sredney-gruppy-chistota-i-zdorove-nashey-kozhi.html), гибкость, хорошее настроение.

Сегодня [я хочу](http://ds88.ru/7275-proekt-ya-khochu-zdorovym-byt.html) пригласить в путешествие [по стране](http://ds88.ru/1140-zanyatie-iz-serii-mir-vokrug-nas-dlya-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-puteshestvie-po-strane-vezhlivost.html) [Здоровья](http://ds88.ru/2042-igra-puteshestvie-na-ostrove-zdorovya.html). Вы согласны?

[Чтобы](http://ds88.ru/10222-chtoby-tanets-byl-krasivym.html) [были](http://ds88.ru/1398-zanyatie-po-oznakomleniyu-s-khudozhestvennoy-literaturoy-zhili-byli-skazki.html) вы красивы, чтобы не были плаксивы,  
[Чтоб](http://ds88.ru/3999-konspekt-zanyatiya-dosuga-po-pdd-v-starshe-sredney-gruppe-chtob-nikogda-ne-popadat-v-slozhnye-polozheniya.html) в [руках](http://ds88.ru/9417-tvoya-bezopasnost-v-tvoikh-rukakh.html) любое дело, д[ружно](http://ds88.ru/7262-proekt-uchimsya-zhit-druzhno.html) спорилось, горело!  
[Чтобы](http://ds88.ru/4971-master-klass-roditelskoe-sobranie-kak-nauchitsya-doveryat-svoim-detyam-i-chtoby-deti-doveryali-vam.html) громче пелись песни, жить, чтоб было интересней,  
Нужно сильным быть, здоровым, эти истины не новы.  
Только вы ответьте мне: путь к загадочной стране,  
Где живёт здоровье ваше, все ли знают?  
Дружно скажем… **Дети отвечают:** «Да!»

**Воспитатель:** Тогда отправляемся на свежий воздух.

На площадке проводятся развлечение по Здоровому Образу Жизни. Паровозиком едем.

**1. Станция «Зарядкино».** Чтобы быть здоровым, с чего надо начинать свой день?

**Дети:** С зарядки!

**Воспитатель:** Утром рано спозаранку выходите на полянку,  
 Расправляйте дружно спинку, будем делать мы разминку.  
 Утром рано мы проснулись, потянулись, улыбнулись.  
 Всем давно вставать пора, на зарядку детвора.

*Дети делают зарядку.*

Едем дальше!  *Дети паровозиком едут дальше.*

**Станция «Чистюлькино».** *Беседа о чистоте и гигиене.*

**Дети рассказывают о микробах, о гигиене**

А сейчас мы продолжим свой путь на станцию «Крепышкино».

**Эстафеты спортивные**

**Воспитатель:**Станция «Солнечная». Кто из вас ребята знает, что закалке помогает, и полезно нам всегда?

**Дети:**Солнце, воздух и вода!

**Эстафета «Собери солнышко».**

*Дети по одному из команды подбегают к своему столу у противоположной стены, берут по одной детали солнышка, прибегают к своей команде, и выкладывают в обруче солнышко. Побеждает команда, которая быстрее соберёт своё солнышко.*

**Дети:** Чтоб здоровым, крепким быть, будем с солнышком дружить.

*(Дети отправляются дальше.)*

**Воспитатель: Станция «Воздушная».** *(Дети встают в круг.)*

Будем силы укреплять, лёгкие тренировать,  
Чтобы горло не болело, дышим, как собачки смело.

**Дыхательное упражнение «Собачки».**

Нам ребята воздух нужен, мы вздохнули все поглубже,  
Задержали мы дыханье, не спешите, все вниманье!

**Упражнение на задержку дыхания «Замри»**

**Дети:** Чтоб здоровым, крепким быть, будем с воздухом дружить.

**Воспитатель:**Станция «Витаминная».

Ребята вы знаете, какие продукты нужно кушать побольше, чтобы быть здоровыми?

**Дети рассказывают о полезных и вредных продуктах.**

**Завершение мероприятия**