

## Праздник здоровья «Поиски клада»

### Задачи

Обобщить знания детей, полученные в течение учебного года.

Развивать умение применять полученные знания на практике.

Воспитывать устойчивый интерес к своему здоровью.

**Оборудование:** воздушный шарик с прикрепленной к нему картой; «Кочки», «Тоннель», лев, кукольная зимняя одежда; «микробы»; 8-10 «луж»; большая пирамидка; игрушки – кот, мартышка, мышка, верблюд, лиса, ослик, ежик, мишка, бельчонок; кукольная кровать; «чупа-чупс»; маска Мойдодыра; сундучок в котором лежат «правила здоровья» и витамины; «Песня кота Матвея» из к.ф. «Новогодние приключения Маши и Вити»

### Ведущий

Какой сегодня чудный день

Прогоним мы тоску и лень

Частями тела потрясли

Вот мы здоровы и бодры

**Пальчиковая игра «Пальчики устали»** поворачивают кулачки в стороны

Что-то пальчики устали

Будем пальчики считать

Будем пальцы поднимать

Один, два, три, четыре, пять!

Будем пальчики сжимать

Один два три, четыре, пять!

А потом в ладошки

Похлопаем немножко

Раз, два. Три! Раз, два, три!

Гость желанный к нам иди!

Разжимают пальцы

сжимают и разжимают кулачки

«Тарелочки» скользящие хлопки

Протягивают ладошки вперед

В зал входит зубок

**Зубок**

Привет ребята! Я – зубок!

Такой же шустрый, как Колобок

Песни петь люблю, играть

Приключения искать.

Посмотрите, какой я крепенький, беленький, умненький. А ну, покажите, какие у вас зубки! Я вижу, что почти у всех у вас зубы здоровые. Что же вы делаете, чтобы зубы у вас не болели?

Дети отвечают.

В зал влетает воздушный шарик с прикрепленным к нему листом бумаги.

Зубок ловит шарик.

Смотрите, ребята, шарик какой-то в зал влетел. К нему прикреплена записка.  
Это карта. На ней указано место, где спрятан клад.  
Сегодня клад мы отправляемся искать  
Нам много трудностей придется испытать  
Давайте же с вами подготовимся серьезно  
Чтобы справиться с опасностями было возможно.

### Упражнения под песню «Аэробика»

#### **Зубок**

Надо глазки упражнять  
Чтобы клад нам увидеть

#### **Гимнастика для глаз**

Дети «рисуют взглядом лодочку (2 раза), радугу (2 раза), круг в одну и другую сторону (3 раза); быстро моргают глазами и прикрывают их ладонями, ощущая тепло.

А теперь мы дружно, смело  
Отправляемся на дело.  
Клад должны мы разыскать,  
Ждут препятствия ребят. (Ж. Фирилева, Е. Сайкина)

### Упражнение «Полоса препятствий»

Дети встают друг за другом и преодолевают полосу препятствий

1. «Переход через болото». Идут, ступая на «кочки» (разложенные на полу кружочки)
  2. «Преодоление горных вершин». Поднимаются и спускаются по шведской стенке.
  3. «Прохождение туннеля». Проползают через туннель (длинный мешок без дна)
  4. «перешагивание через спящего льва». Подходят на носочках к игрушке – льву и перешагивают через него.
- Дети садятся на места. Входит простуда.

**Простуда.** Ап - чхи! Здравствуйте мои сладенькие! Вас-то я и поджидаю! Я – простуда. Я для вас приготовила столько подарочков! Хотите посмотреть? (достаёт из сумки.) вот лужи, чтобы вы ноги промочили. Вот микробы, чтобы они к вам в рот попали. Вот одежда теплая, чтобы вы её надели, а потом гулять пошли. А потом вам стало жарко, вы бы расстегнулись, а я бы на вас сквозняк напустила. (хихикает и потирает руки)

#### **Зубок**

Ну что же, нам не в первый раз  
С тревогами дружить.  
И нет опасности, что нас  
Могла б остановить. (Л. Сивачева)

(дети рассматривают зимнюю одежду – шубу, меховую шапку, валенки). У нас наступила осень, мы сейчас наденем такую одежду? А что мы будем на себя надевать?

Дети отвечают.

**Простуда.** Надо же, какие вы умные! Придется мне на подмогу микробов звать. Где вы мои маленькие, заразенькие? (трясет над детьми «микробами»)

**Зубок** а мы массаж сделаем, чтобы наши защитные силы мобилизовать.

### **Массаж биологически активных зон «Неболейка»**

Чтобы горло не болело                      поглаживаем шею  
Мы его погладим смело.

Чтоб не кашлять, не чихать    указательными пальцами растираем нос  
Надо носик растирать.  
Лоб мы тоже разотрем  
Ладонку держим козырьком.  
«Вилку» пальчиками сделай,  
Массируй ушки ты умело.

Знаем, знаем – да-да-да! –            потирают ладони друг о друга  
Нам простуда не страшна!

**Простуда.** Нет, подумать только! Они меня не боятся! а как же мои чудесные, холодные лужицы?

**Зубок.** А мы через них перепрыгнем.

### **Эстафета «Перепрыгни через лужи»**

В игре участвуют 2 команды из 3 человек. Дети по очереди перепрыгивают через лежащие на полу лужи, бегом возвращаются назад и передают эстафету следующему участнику.

А еще мы соберем пирамиду витаминов.

### **«Пирамида из витаминов»**

Зубок рассыпает на полу колечки от пирамиды. Дети по желанию берут колечко, называют витамин, рассказывают о нем и надевают его на палочку. (А – витамин роста, В – витамин силы, С – укрепляет стенки сосудов, Д – помогает бороться с инфекциями)

Витамины, витамины –

А, и В, и С, и Д –

В жизни нам необходимы,

Можно встретить их везде.

**Простуда.** Ой-ой-ой! Победили простуду! Ну-ка сквозняк, подууй на меня, пойду искать других путешественников. А на вас я начихала. Ап-чхи! (уходит)

**Зубок.** Давайте отправляться дальше. Тропинка привела нас в лесную больницу.

**Инсценировка стихотворения «Хороший бельчонок»**  
(с помощью игрушек)

Много опытных врачей  
Есть в больнице для зверей.  
Главный врач – ученый кот –  
Утром делает обход.  
Рядом с ним сестра - мартышка  
А в платочке – няня мышка.  
Верблюжонок захворал, потому что снег лизал.  
Ночью он совсем не спит,  
Всё вздыхает и сопит  
И чихает каждый час  
Сто, а может, двести раз.  
Это хитрая лисичка  
Со стола схватила спички.  
Обгорели у лисички  
Хвост пушистый и реснички.  
Бегал ослик по дороге,  
Не глядел себе под ноги.  
Он споткнулся и упал,  
И колени ободрал.  
Посмотрите, этот ёжик  
Взял без спросу папин ножик!  
И порезал нос и лапы,  
Даже иглы оцарапал.  
Это мишка. Он простужен.  
Он весь день ходил по лужам!  
И лежит большой мохнатый,  
Как мешок, набитый ватой.  
И к зайчонку на рождение  
Не пойдет он в воскресенье.  
Закончил доктор кот обход,  
Больным лекарство выдает  
А мышка и мартышка  
Записывают в книжку:  
Кому, почему и сколько.  
А это кровать шестая,  
Это кровать пустая.  
Не будет лежать в ней бельчонок.

Он очень хороший ребенок.  
Он спички не брал  
Ему ножик не нужен,  
Он снег не лизал,  
Он не шлепал по лужам  
И, если ходил по дороге,  
Глядел не вокруг, а под ноги.

Мы будем брать пример с бельчонка. Правда ребята?

Под «песню кота Матвея» появляется кот Матвей.

**Кот Матвей**

Привет! Привет ребята

Ребята – дошколята!

Кого я вижу? Зубок! (в сторону) его я в чашу заманю, а клад волшебный себе возьму. (обращается к зубку) послушай, зубок! Хочешь, я тебя к кладу провожу?

**Зубок.** Да! Но ведь с незнакомыми котами нельзя разговаривать и тем более куда – nibудь идти! Мне это зубная щетка говорила. Она правильно мне советовала, ребята?

Дети. Да!

Зубок. Спасибо, кот Матвей! Но мы сами по карте разберемся.

(рассматривает карту)

**Кот Матвей.** (вытаскивает из кармана конфету) смотри какой вкусный «чупа – чупс». Угощаю! У меня дома много таких вкуснющих карамелек. Пойдем ко мне, все конфеты твои будут.

**Зубок.** Нет, кот Матвей. Конфеты портят зубы. Мне их есть нельзя.

Кот Матвей. Ну, тогда, может, вы возьмете меня на поиски клада? Я вам даже подарок приготовил – платье нарядное для девочек. Его кикимора болотная передать велела. Она в нем свое день рождение отмечала.

(показывает очень грязное платье)

**Зубок.** Такое платье надо сначала постирать, а потом уж одевать. Даже подержав его сразу хочется вымыть руки. Мы тебя научим быть всегда чистым.

### **Игра «Ровным кругом»**

« Ровным кругом друг за другом

Будем весело шагать

Что нам Мойдодыр покажет,

То и будем выполнять!»

Ведущий показывает, как моют руки, умываются, вытираются полотенцем и т.д. дети повторяют.

Кот Матвей находит сундучок.

Мяу-мяу! Что я вижу? Сундучок,

Позолоченный бочок.  
Клод, конечно в нем лежит.  
Как же нам его открыть?

### **Зубок**

Мы три раза топнем – раз, два, три  
И три раза хлопнем – раз, два, три  
Головкой покачаем – раз, два, три  
Желание загадаем.

Сундук открывается зубок достает и зачитывает «Правила здоровья»  
«Если хочешь быть здоров, закаляйся  
И холодной водой умывайся.  
Запомнить нужно навсегда:  
Залог здоровья – чистота!  
Чтобы крепким, сильным быть  
Надо с физкультурой дружить:  
Бегать, прыгать и скакать,  
И с ребятами играть,  
Есть салаты на обед  
И любить велосипед»

Угощаем всех «Витаминами»

