**Воспитатель:**Ребята, сегодня мы с вами собрались на**праздник**«День **здоровья»**

Улыбкой светлой, **дружным парадом**

День **Здоровья начать нам надо.**

Давайте все **дружно,** громко сперва,

Дню **здоровья крикнем**«Ура! Ура! Ура!»

**Гимнастика «Кукутики».**

Сегодня в свой город нас приглашают Весёлые человечки, чтобы узнать основные правила здоровья. За каждое выполненное задание вы будете получать картинки, которые нужно разместить на «Солнышко Здоровья».

Хотите отправиться в город Весёлых человечков и познакомиться с ними? Чтобы попасть в город весёлых человечков нам надо пройти по волшебной дорожке.

**ДОРОЖКА ИЗ ЛАДОШЕК И СТОП**

Вот мы на планете Весёлых человечков и первым нас встречает Незнайка и приготовил задание «Виды спорта». Ребята давайте рассмотрим виды спорта и вспомним как они называются (дети называют виды спорта и действия).

А зачем нужно заниматься спортом. (Чтобы быть сильным, здоровым, смелым). Вот и первое правило здоровья. (Приклеивают картинки).

**Воспитатель:** Отправляемся в путь к следующему человечку Самоделкину и он предлагает нам собрать картинку. А работать мы будем в парах.

**Игра «Собери картинку»**

**Воспитатель:** давайтесоберём картинку и посмотрим, что у нас получилось. Что не так в этих картинках?

**Дети:** девочка и мальчик грязные.

**Воспитатель:** Это правильно? (Нет). Чтобы не быть такими грязными, что нужно делать?

**Дети:** умываться, мыть своё тело, чистить зубы.

**Воспитатель:** Правильно. Вот и второе правило, чтобы быть здоровым нам нужно соблюдать правила гигиены (приклеивают картинки).

**Воспитатель:** Отправляемся в путь к следующему человечку Знайке. Для вас Знайка приготовил загадки.

Солнце яркое встаёт,

 Петушок в саду поёт,

Наши дети просыпаются,

В детский садик собираются. (Утро)

**Воспитатель:** Правильно, ребята. Это утро. А что вы делаете утром?

**Дети:** Умываемся, чистим зубы, делаем зарядку, заправляем кровать, завтракаем, занимаемся.

Солнце в небе высоко,

И до ночи далеко,

Коротка деревьев тень.

Что за время суток? (День)

**Воспитатель**: А что вы делаете днем?

**Дети:** Гуляем на прогулке, рисуем, играем в настольные игры, обедаем, спим.

Солнышко лучистое

Село за дома,

Мы пришли с прогулки,

Ужинать пора. (Вечер)

**Воспитатель:**А чем вы занимаетесь вечером?

**Дети:**Ужинаем, рисуем, смотрим телевизор, слушаем сказку перед сном.

**Воспитатель:**

Солнце село. Свет погас.

Спать пора всем. Поздний час.

Улетел уж вечер прочь,

А за ним крадется. (Ночь)

**Воспитатель:**А что мы делаем ночью?

**Дети:**Спим.

Воспитатель: Молодцы. Все загадки отгадали. Следующее правило от Знайки. Чтобы быть здоровым нужно соблюдать режим дня.

**Вед.:** отправляемся к следующему Весёлому человечку – Пилюлькину. Он предлагает вам выполнить массаж «Неболйка»

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

Что ещё нам нужно делать, чтобы быть здоровыми? (Закаляться). Как мы можем закаляться? (ответы детей).

Правило здоровья от Пилюлькина.

Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно.

**Вед.:** нас встречает следующий Весёлый человечек – Карандаш. Он предлагает выполнить пальчиковую гимнастику «Весёлый человечек».

**Игра: «Нет и да»**

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? *(Да)*

В луже грязная вода

Нам полезна иногда *(нет)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, дети? *(Нет)*

Овощей растет гряда

Овощи полезны? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети *(Да)*

**Игра «Продукты питания»**

**Воспитатель:** Ребята обратите внимание, перед вами продукты питания.

Вам нужно выбрать и приклеить только полезные продукты.

**Воспит.:** Ребята мы так весело играли и немножечко устали.

**Релаксация «Отдохнем»**

**Воспитатель:** Глазки открываем и в садике оказались.

Спасибо вам за веселое путешествие.