

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования г. Краснодар "Детский сад комбинированного  
вида №193 "Планета будущего"

Подготовила: Инструктор ФК – Кислякова М.С

Развлечение: «Советы доктора Айболита»

**Цель:**

формировать представления детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- Приобщение к ценностям физической культуры, целенаправленное формирование у детей навыков здорового образа жизни.
- Развитие двигательного воображения, музыкального восприятия и обогащение эмоциональной сферы детей положительными эмоциями.
- Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости и коммуникативных навыков в общении со сверстниками и взрослыми.

**Ход:** дети входят в зал под музыку.

Ведущий:

Здравствуйтесь, ребята

Дети:

Здравствуйтесь.

Ведущий:

Сегодня мы с вами покажем и расскажем нашим гостям, как мы умеем заботиться о своём здоровье. А я знаю, что ещё один гость должен прийти к нам сегодня. Отгадайте загадку, и вы его узнаете:

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей.

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор (Айболит)

Заходит Айболит.



Айболит:

Здравствуйте, дети и взрослые!  
Ребята, у вас никто ни болен?  
Расскажите мне, что вы делаете,  
чтобы не болеть?

**1 Ребёнок:**

Если хочешь быть здоров,  
Обойтись без докторов,  
С мылом крепко  
подружись  
И мыть руки не ленись!

**2 Ребёнок:**

Все здоровы – ты и я.  
Витаминам всем ура!

Айболит:

Какие вы молодцы, сколько всего  
делаете, чтобы не болеть: вы  
кушаете овощи и фрукты, мойте  
руки перед едой.

Ведущий:

Ребята, а вы знаете, что нельзя  
делать на  
прогулке, чтобы не заболеть?



Айболит: Какие вы румяные и красивые.  
Вы,  
наверное, хорошо кушаете.

Ведущий:

Да, доктор, наши ребята хорошо кушают и  
с

удовольствием расскажут, какие овощи и

фрукты помогают им быть такими  
крепкими и здоровыми.

всё, что нужно делать, чтобы быть  
здоровыми.

3-ий ребенок: От простуды и ангины

Помогают апельсины,  
Ну а лучше съесть лимон,  
Хоть и очень кислый он.

4 -й ребенок: Помни истину простую  
Лучше видит только тот,  
Кто жует морковь сырую  
Или сок морковный пьет.

Утром ты зарядку делай  
Будешь сильным ловким смелым!

**Игра - «Зарядка»**  
(проводится под музыку)



Ведущий: Ребята наши еще спортом занимаются, чтобы быть здоровыми  
Айболит: Какие молодцы, а мне покажите!?

Дети делятся на две команды

**1-я эстафета «Корзина витаминов»**

Каждому ребенку по очереди нужно перенести фрукт или овощ в пустую корзинку.



### **2-я эстафета «Помощники Айболита»**

С помощью носилок, дети в паре переносят кукол, добегая до конуса и обратно.

### **Игра «Это я, это я, это все мои друзья»**



### **3 - я эстафета «Пролезь через обруч»**

**Айболит:** Молодцы ребята! Теперь я точно знаю, что вы будете здоровы!  
А мне пора возвращаться обратно, до свидания!