**1.**Оздоровительный досуг:  «Чудесный цветок здоровья для бабушки Красной шапочки»

Цель:  
Организация активного отдыха  
Задачи:  
•Создать атмосферу радости и эмоционального благополучия.  
•Способствовать развитию у детей интереса к различным видам двигательной деятельности.  
•Развивать физические способности у детей: скорость, быстрота, выносливость, ловкость.  
•Развивать координацию движений, внимание, память, сообразительность.

•Повышать защитные силы организма через массаж, дыхательную гимнастику.  
  
•Воспитывать чувство коллективизма, поддержки, доброго, товарищеского отношения друг к другу.

Ход досуга:  
**О.В.:** Здравствуйте, ребята! Сегодня к нам в гости придёт Красная шапочка, она мне сказала, что хочет с нами поделиться какой-то интересной новостью.

**К.Ш.** Здравствуйте ребята. Я очень к вам спешила. И хотела рассказать, что я очень люблю свою бабушку, но она у меня заболела, я для неё в нашем саду посадила цветочек здоровья с волшебными лепестками. Я так хотела порадовать её и подарить цветок здоровья!  
Но я так к ней спешила, что некоторые лепестки разлетелись по ветру. Вот такая неприятность!   
Но я вспомнила! Лепестки у цветка не простые, а чудесные, волшебные!  
Если выполнить все задания, тогда найдутся лепестки. Поможете мне их собрать? Спасибо.  
Тогда будем спешить. Отправимся на поиски.

**2.О.В.:**  Красная шапочка, вот один лепесток упал ко мне.   
Почитаем задание?  
**2.** «Не болеть чтоб, не чихать - надо  
правильно дышать!»  
Это нам не трудно это нам не сложно.   
Если это выполнять - укрепить здоровье можно!  
                                    **Дыхательная гимнастика:**

Вдох: Мы большими вырастаем,  
      И до потолка достанем!  
Выдох: В комочек соберусь,   
        и к коленочкам прижмусь!    
**О.В.:** Мы справились с заданием и где-то лепесток!  
Нужно постараться собрать нам весь цветок!  
  
Посмотрите,  поищите,   
Покружитесь, улыбнитесь!  
  
- Ну конечно, вот ура! Ждет вас классная игра!  
  
По тропинке в лес пойдем,  
Ножки наши разомнем! **Полоса препятствий**

Чтобы найти нам ещё один лепесток, нужно поучаствовать **в спортивной викторине.**

1. Что нужно делать по утрам, чтобы быть бодрыми и здоровыми? **(Зарядку)**
2. Как называется спортсмен, катающийся на коньках под музыку**? (Фигурист)**
3. Сколько команд играют в хоккей? **(2)**
4. Как называют людей, которые зимой купаются в проруби? **(Моржи)**
5. Как называют спортсменов, которые зимой катаются на лыжах**? (Лыжники)**
6. Как называют спортивный снаряд, которым спортсмены играют клюшками на льду**? (Шайба)**Молодцы, ребята. Вот мы и нашли ещё один лепесток от цветочка здоровья.

**3.** «Чтоб здоровым быть  
 массаж надо полюбить!»

**Самомассаж « Неболейка» (шариками колючими)**

Это нам не трудно это нам не сложно,   
Если это выполнять укрепить здоровье можно.  
**3.**Мы справились с заданием,  и где-то лепесток!  
Нужно постараться собрать весь цветок!  
Посмотрите, поищите,  
Покружитесь, улыбнитесь!

-Что такое посмотрите -  это наверно для нас! (коробка)

Ребята, тут для нас загадки, поможете их отгадать?

1. Ускользает, ка живое,

Но не выношу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

**(Мыло)**

1. У мыла есть забота-

Мыло ходит на работу.

Попенится, намылится

Придёт и ляжет в **…..(мыльницу)**

1. Вытираю я, стараюсь,

После бани паренька

Всё намокло, всё измялось-

Нет сухого уголка. **(Полотенце)**

1. Резинка Акулинка,

Пошла гулять по спинке.

Собирается она, вымыть спинку докрасна**. (Мочалка)**

5. Если делаю причёску,

Помогает мне**…(расчёска)**

1. По утрам и вечерам,

Чистит зубы пастой нам **(Зубная паста)**

1. Лёг в карман и караулю,

Рёву, плаксу и грязнулю**….(Носовой платок)**

Молодцы, ребята. Вот и мы нашли ещё один лепесток.

Воспитатель: Мы справились с заданием,  и где-то лепесток  
                Нужно постараться собрать весь цветок!  
  
А вы дружные ребята? Сейчас я это проверю -   
Найдите себе пару, поиграем!

Игра «Дружилка»:

Закружились- закружились   
И друг другу погрозили: ссориться не смей!  
Хлопнули в ладоши, крепко обнялись,   
Пару поменяли, за руки взялись!  
  
Побежали-побежали парами скорей.  
И друг другу погрозили: ссориться не смей!  
Хлопнули в ладоши, крепко обнялись,   
Пару поменяли, за руки взялись!  
  
Приседаем-приседаем  в парах веселей.   
И друг другу погрозили: ссориться не смей!  
Хлопнули в ладоши, крепко обнялись,   
Пару поменяли, за руки взялись!

**5. К.Ш.** Вот мы и нашли ещё один лепесток.  
Это был последний потерянный лепесток и теперь,  я смогу подарить чудесный цветок здоровья моей бабушки и она больше не будет болеть. Спасибо вам, ребята за помощь.