# День Здоровья.

# (Конкурсно-игровая программа для детей старших и подготовительных групп.)

Подготовила и провела воспитатель

по физической культуре Кутова А.А.

# ГОУ детский сад №1612.

**Москва 2009г.**

**Действующие лица:** Добрый Доктор Умывальников, Лентяи, Ведущая, Баба-Яга.

**Ведущая:** Ребята! Сегодня мы проводим день здоровья. И на наш праздник мы пригласили… Ой! Что это? Кто это?

*(Стук в дверь. Входит доктор Умывальников)*

**Ведущая:** Да это же доктор Умывальников!

**Доктор:** Здравствуйте, дети! Я слышал, что вы празднуете День Здоровья. А здоровы ли вы? Можно ли вас допускать к соревнованиям? Не болеете ли ангиной?

**Дети:** Нет!

**Доктор:** Холериной?

**Дети:** Нет!

**Доктор:** Малярией и бронхитом?

**Дети:** Нет!

*(Доктор ходит и рассматривает детей)*

**Ведущая:** Доктор, наши дети действительно здоровы. Сейчас они сами об этом расскажут.

**1-й ребенок:** *Мы зарядкой заниматься Начинаем по утрам, Чтобы реже обращаться За советом к докторам.*

**2-й ребенок:** *Раз, два - шире шаг, Делай с нами так! Раз, два – не зевай, С нами повторяй!*

*Разминка «Все спортом занимаются!» По окончании все дети садятся на стульчики.*

**Доктор:** Все веселые, загорелые. Нет болезней никаких. Я очень доволен вами, ребята.

*(Стук в дверь. Выбегают Лентяи)*

**Лентяи** (*осматривая Доктора*): А, это опять ты. Мы не хотим мыть уши и шею. И руки не моем перед едой. И ноги никогда не вытираем. Уходи, уходи, докторишка, отсюда! Мы и без тебя проживем.

*Лентяи садятся на ковер, балуются, кривляются.*

**Лентяи:** *Жил на свете мальчик странный – Просыпался поутру. И бежал скорее в ванну Умываться. Я не вру.*

*Руки мыл зачем-то с мылом, А лицо мочалкой тер… На руках все пальцы смыл он, Щеки в дырах до сих пор.*

*Тут к нему позвали разных Самых лучших докторов, И диагноз был таков: «Если мальчик будет грязным – Будет он всегда здоров!»*

**Лентяи:** Ну вот, от чистоты можно заболеть. А он «руки мойте», «ноги вытирайте».

А давайте мы всех заразим вирусом – лентяюсом. И пусть они такие чистенькие, пригоженькие будут грязными и ленивыми.

*(Под музыку Лентяи пробегают по рядам и всех «заражают» - приклеивают лейкопластырь, бинтуют)*

**Лентяи:** Ну вот, другое дело… Чем ещё заняться?

*(Входит Доктор)*

**Лентяи:** Вот видишь, все заболели от чистоты. Так им и надо!

**Доктор:** Ребята! Неправда это. Только в обществе грязнулек такое бывает. Дети, которые всегда следят за своей чистотой, никогда не болеют, а если и болеют, то очень редко.

**Ведущая:** Ведь если мы перед едой помоем руки, умоемся утром после сна днем, когда придем с улицы, наша кожа и тело будут дышать легко и не будет болезненным. Мы будем крепкими и здоровыми. Если же мы будем коротко стричь ногти, под ними не будет скапливаться грязь и, конечно, бактерии, содержащиеся в ней, не попадут нам внутрь, и мы не будем болеть. А кто расскажет для чего нужен носовой платочек?

**Доктор:** Волосы тоже должны быть в порядке. Чтобы волосы были здоровыми за ними нужно ухаживать, и, прежде всего, ежедневно расчесывать. При расчесывании волосы очищаются от пыли. Раз в неделю следует мыть голову горячей водой с мылом. Волосы надо регулярно подстригать.

**Лентяи** *(все время кривляются):* Фи, ногти подстригать, да они такие красивые – черные! Фи, руки мыть. Фи, зубы чистить. Фи, ноги вытирать. А ведь так приятно пройтись по лужам! Фи, одежду чистить. Да, рубашка грязная и в дырах. Это сейчас так модно!

**Ведущая:** А что делать с ребятами?

**Доктор:** А давайте мы их вылечим.

*(Проходят под музыку и раздают витамины детям)*

**Лентяи** *(обижаются):*Ну вот, им витамины дали. А нам?

**Ведущая:** А вы такие грязные и ленивые, что с вами и разговаривать не хочется.

**Доктор:** А сейчас проведем экзамен. Отвечайте на наши вопросы.

*Доктор и ведущая загадывают загадки, ребята отвечают. Лентяи тоже отвечают, но неправильно.*

*Ускользает, как живое, Но не выпущу его я. Белой пеной пенится, Руки мыть не ленится. (Мыло)*

*Целых 25 зубков Для кудрей и хохолков. И под каждым под зубком Лягут волосы рядком. (Расческа)*

*Лег в карман и караулит Рёву, плаксу и грязнулю, Им утрёт потоки слёз, Не забудет он про нос. (Носовой платок)*

*Вот какой забавный случай! Поселилась в ванной туча. Дождик льётся с потолка Мне на спину и бока. До чего ж приятно это! Дождик теплый, подогретый, На полу не видно луж. Все ребята любят… (Душ)*

*Работает с пылом, Уверенно, четко. Ни грязи, ни пыли Не вытерпит… (Щетка)*

*Я ими платьица крою, Узоры вырезаю. Сама ли штопаю и шью, Иль маме помогаю, Для дочек, бабушек и мам Хорошие помощницы. Наверное знакомы вам Стальное чудо… (Ножницы)*

*Ходит гном с бородой Под диваном и тахтой. По всему дому Пройти надо гному. Он не просто ходит, Чистоту наводит. (Веник)*

*Мне загадку загадали: Это что за чудеса? Руль, седло и две педали, Два блестящих колеса. У загадки есть ответ – Это мой… (Велосипед)*

*На снегу две полосы, Удивились две лисы. Подошла одна поближе: Здесь бежали чьи-то… (Лыжи)*

*Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. И несут меня не кони, А блестящие… (Коньки)*

**Ведущая:** Молодцы, ребята!

**Лентяи***(обижаются):* А нас почему не хвалите? Мы тоже отвечали.

**Доктор:** А вы грязные и ленивые, а потому глупые.

*Лентяи «задумались».*

**Лентяи:** Пойду-ка руки вымою, что-то грязные стали. (достает мыло и идет умываться). Пойду-ка я волосы приберу. (достает расческу и зеркало).

*Лентяи уходят.*

**Ведущая:** Ну вот, совсем другое дело! Даже лентяи поняли, как важно соблюдать правила личной гигиены.А пока лентяи приводят себя в порядок, мы с ребятами, чтобы стать ещё более здоровыми, сильными и ловкими, поиграем!

**Игра «Посадил Дед репку»**

Первые участники команд обегают конус, подбегают ко вторым участникам команд, берут их за руки, бегут вдвоем, затем бегут за третьими участниками и т. д. Игру повторяют 2 раза, меняя детей.

*Входит Баба-Яга.*

**Баба-Яга:** А Баба-Яга против! Не дам я вам провести День Здоровья! Я все ваши медали украла и в дремучий лес унесла. Зачем вам теперь соревноваться? Награждать-то нечем! Ха-ха-ха!

**Ведущая:** Ах, ты Бабка-Ежка! Уходи, вредина!

*Баба-Яга уходит.*

**Ведущая:** Ребята, давайте не будем расстраиваться. Ведь в любых соревнованиях главное – это участие. Можно и без медалей устроить соревнования. Главное – чтобы всем детям было весело и интересно. Продолжим наши соревнования?

**Эстафета «Змейка»**

Участвуют 2 команды по 6 человек. Прокатить мяч между кеглями. По 5 кегель на расстоянии 5-6 м. Игру повторяют 2 раза, меняя детей.

**Ведущая:** Наши малыши тоже готовятся стать спортсменами. Выходите к нам, ребята, поиграем в игру **«Какой зайчик быстрее доскачет до флажка»** (Участвуют дети средних групп). Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.

*Входит Баба-Яга.*

**Баба-Яга:** Что я вижу? Вы, все-таки, соревнуетесь? Да неужели это так интересно?

**Дети:** Да!

**Баба-Яга:** И ничто вам не помешает?

**Дети:** Нет!

**Баба-Яга:** И даже то, что я украла ваши медали?

**Дети:** Нет!

**Ведущая:** Не нужны нам твои медали, Баба-Яга. Наши дети собрались здесь не ради каких-то наград. Просто они очень любят спорт, праздник и веселье. А ещё наши дети все очень крепкие и здоровые.

**Баба-Яга:** Здоровые? Нет я этого не понимаю. У меня-то все болит, все и ломит, и трещит.(показывает на себе)

**Ведущая:** Конечно, будет болеть. Ты же только тем и занимаешься, что пакости детям делаешь. А про спорт забыла.

**Баба-Яга:** Простите меня! Возьмите меня к себе в спортсмены! Научите, как мне стать здоровой.

**Ведущая:** Дети, простим Бабу-Ягу? Оставим ее на нашем празднике?

**Дети:** Да!

**Ведущая:** Ну что же. Сейчас поиграем в игру – **«Кто самый внимательный?»**

Я буду произносить слова «Тик», «Так», «Тук» в разном порядке, а вы должны выполнять движения правильно и не запутаться. На слово «Тик» - делаем наклоны вправо и влево; на слово «Так» - стоим ровно; на слово «Тук» - подпрыгиваем.

*Баба-Яга выполняет неправильно - путает движения.*

**Ведущая:** Да, Баба-Яга, слаба ты ещё, ничего не скажешь… Ну что, поиграешь с нашими детьми ещё?

**Баба-Яга:** Конечно, я только-только разыгралась.

**Эстафета «Классики»**

Обручи располагаются 2-1-2-1 перед каждой командой. Прыгаем ноги врозь - ноги вместе, затем обегаем конус и возвращаемся к своей команде бегом по прямой. Игра повторяется 2 раза, меняя детей.

**Ведущая:** Ребята, вы знаете, для того, чтобы быть настоящими чемпионами, недостаточно силы и ловкости. Ещё нужно хорошо учиться и стараться узнать как можно больше. Вот, например, какие виды спорта вы знаете?

*Дети отвечают, а Баба-Яга перебивает: «поедание бутербродов», «лежание на диване», «гляделки в телевизор».*

**Ведущая:** А какие мячи вы знаете для игр?

**Дети:** Волейбольные, баскетбольные, футбольные…

**Баба-Яга:** Да, ребята, вы меня убедили в том, что вы достойны стать чемпионами. Простите меня за то, что я ваши медали украла. Я хочу их вам вручить за участие в соревнованиях. Все вы получите золотые медали и никто не окажется проигравшим, никто на будет обижен.

*Баба-Яга, Доктор Умывальников и ведущая вручают медали. Играет музыка, дети танцуют.*