**День здоровья в детском саду. Сценарий**

(средняя группа)

Под веселую музыку дети и родители заходят в физкультурный зал, посередине которого стоят гимнастические скамейки.

Айболит. Здравствуйте, дети! Вы путешествовать любите?

Я вас сегодня приглашаю в путешествие по Африке.

Как вы думаете, Африка находится далеко или близко?

/- далеко, надо плыть на корабле или лететь на самолете/

**Айболит.**Ребята,а чтоюы отправиься в путушествие, нам нужно быть сильными и здоровыми? А какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

**Дети**. Овощи, фрукты.

*Айболит играет с детьми в игру на быстроту «Свари борщ», «Свари компот».*

**Айболит**. Молодцы, ребята! Знаете, что нужно для компота и борща. Сейчас лето, поспели ягоды, выросли фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть кипяченой водой, а руки - мылом.

От простой воды и мыла

У микробов тает сила.

**Карлсон.**

Нет, ни к чему перед едой

Мыть фрукты, овощи водой.

Их нужно съесть, водой запить,

Потом в животике помыть.

**Ведущий**. Карлсон, ты такой большой и в меру упитанный мужчина в самом расцвете сил, а говоришь такие глупости. Все ребята знают:

Чтоб от микробов защититься,

С водой и мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой

Мыть фрукты, овощи водой.

**Карлсон.** Теперь я понял, я буду стараться делать правильно, чтобы не заразиться микробами.

*Наклоняется к детям, пытается причесать их своей расческой, вытереть нос своим носовым платком.*

**Айболит**. Какой ужас! Карлсон, что ты делаешь? Ведь это предметы личного пользования, они должны быть у каждого человека свои, и никому, даже тому, кого больше всех любишь, не давать их.

Ребята, а вы знаете, что можно, а что нельзя давать друг другу.

*Ведущий предлагает поиграть и в игру «Можно-нельзя».*

*(Соберем все вещи, которыми вы пользуетесь, и положим их на стол. Будем по очереди поднимать вещь и говорить, можно ею пользоваться сообща или нет. Нельзя пользоваться: зубной щеткой, расческой, полотенцем, тапочками, носовым платком и т. д., ключ никому давать нельзя.)*

Айболит: Тогда мы отправляемся в порт и поплывем на кораблях.

Дети вместе с родителями идут по кругу

Айболит: А вот и наши корабли – занимайте места.

Дети с персонажами садятся на гимнастические скамейки.

Айболит: Вот мы и в Африке. Продолжим путешествие – найдем здесь

уютную полянку, подружимся с животными и поиграем с ними.

Взрослые убирают скамейки вдоль стены.

Карлсон: В Африке встречаются непроходимые леса – джунгли.

Карлсон: Я вижу впереди – большую зеленую полянку,

но, чтобы попасть туда, надо переправиться через реку.

Впереди бежит река, широка и глубока.

Берег левый, берег правый – начинаем переправу!

Игра «Переправа»

Дети делятся на 2 команды. Капитан команды (взрослый) держит обруч. По команде капитан накидывает обруч на стоящего первым члена команды и вместе с ним бежит к финишу. Оставляет его там и снова бежит к команде, «переправляя» таким образом, всю команду.

Айболит: Вот мы и на месте.

Дети, а вы знаете, какие животные живут в Африке?

Ну, тогда слушайте внимательно и дружно отвечайте.

В жаркой Африке живет неуклюжий … бегемот

Ему не нужно много блюд, сухой колючкой сыт …. верблюд

Среди зверей слывет царем, его зовут гривастым… львом

На носу он носит рог и зовется…. носорог

Неповоротлив, но силен огромный, добродушный … слон

В гости что-то зачастил к нам зелёный … крокодил

Перерос огромный шкаф замечательный … жираф

Апельсины и бананы очень любит … обезьяна

Карлсон : Мы вспомнили животных Африки,

а теперь все вместе давайте выполним массаж.

Массаж «Африка»

У жирафов пятна, пятна,

пятна, пятнышки везде. хлопают по всему телу ладонями

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

Есть на носах, на животах, коленях и носках. обоими указательными

пальцами дотрагиваются до частей тела

У слонов есть складки, складки,

складки, складочки везде. щипают себя, как бы собирая складки

На лбу, ушах на шее, на локтях,

Есть на носах, на животах, коленях и носках

И большой хобот. изображают рукой хобот

А у зебры есть полоски,

есть полосочки везде. проводят ребрами ладони по телу

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

Есть на носах, на животах, коленях и носках.

А еще у зебры есть копытца – изображают бег зебры.

А у льва есть шёрстка, шёрстка,

шёрстка, шёрсточка везде.. поглаживают себя, разглаживая шёрстку

На лбу, ушах на шее, на локтях,

Есть на носах, на животах, коленях и носках

И большая грива на голове изображают гриву раздвинутыми пальцами рук

Айболит: Первыми нас встречают веселые обезьянки, поиграем с ними

Игра «Ловля обезьян»

Айболит: Бывает так, что звери попадают в капкан или охотничьи ловушки,

в сети, вот сейчас у нас следующая игра.

Ой, какой у нас изъян –

Зверь лесной попал в капкан.

Как могло это случиться?

Надо бы освободиться.

Игра «Капканы»

Взрослые встают парами, взявшись за руки по кругу - это капканы. Дети пробегают чрез капканы (поднятые руки) пока звучит музыка. По окончании музыки – капканы закрываются.

Айболит. Карлсон, что с тобой, ты заболел?.

Карлсон.

Опоздал! Я так спешил, торопился и... заболел.

Я немного толстоват,

Я немного скромноват,

Но поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват.

Айболит.

А скажи-ка, Карлсон,

Чем ты занят по утрам?

Карлсон.

Я, ребята, долго сплю,

До полудня я храплю.

Айболит.

Расскажи, но по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водою обливаешься?

Карлсон.

Нет! Зарядки-то, ребята,

Я не делал никогда!

Закаляться?

Страшно, братцы:

Ведь холодная вода!

Айболит проводит веселую разминку под композиция «Чунга – чанга»

Карлсон. Спасибо, доктор, спасибо ребята вы меня вылечили, теперь я всегда буду делать зарядку!

Айболит: Наше путешествие по Африке подходит к концу, нам пора

возвращаться в детский сад. Вам понравилось путешествовать?

Животные Африки вам приготовили угощение – кушайте больше

витаминов и растите сильными, здоровыми. А обратно мы поедем

на поезде.