***Сценарий к празднику «Мы выбираем здоровье!»***  
-Внимание, внимание! Мы начинаем праздник юности и красоты…  
-Оптимизма и хорошего настроения…  
-Успеха и победы…  
-Мы начинаем праздник здоровья!

-О здоровом смысле жизни  
Обсудить вопрос должны мы.  
Как прожить нам много лет?  
Как достичь больших побед?

Стать веселым и успешным,  
И красивым быть, конечно!  
Не брюзжать, не унывать,  
Перед трудностью не пасовать!

Не бояться сквозняков,  
Позабыть про докторов!  
Есть один простой рецепт:  
Здоровью – да!  
Болезням – нет!

Выбегает на сцену бабуля, в руках шарф, пакет с булками, спрашивает у ведущих:  
Бабуля: Ой, ребятки, вы моего внучка не видели?  
Ведущие: Бабушка, кто он ваш внучек? Может он в зале или на сцене!  
Бабуля: Нет! Эти ребятки стройные и сильные. И осанка у них не буковкой «зю», и улыбаются довольно. И позавтракали, видно, с утра нормально: кашка с молочком или сырочек с кефирчиком! А те кто в зале, ну, вон, в первом ряду, поди, и отлично учатся, пятерки домой носят на радость маме и папе, да и бабушке, разумеется!  
Ведущие: Конечно же! У нас в зале все такие!  
Бабуля: Зовут его, конечно ж, Вова.  
Его осанку вам легко узнать:  
Он как тюфяк! А что ж такого?  
Когда мальчишка любит очень спать.

На сцену выходит упитанный Вовочка:  
Вовочка: Бабуля! Я заблудился! Я проголодался! Я заболел! Я сейчас чихну! Апчхи! Я завтра в школу не пойду! (Садится на стул, чихает, изображает больного. Рядом бегает бабуля)  
Звучит песня о Вовочке.  
  
Бабуля: Ему с утра пеку я булки,  
Мой Вовик любит сдобу пожевать.  
Пяточек съест и на прогулку,  
И может целых пять минут гулять!  
Три свитерка, два полушубка,  
А то замерзнет, будет горевать!

Ведущие поют частушки:  
1.Я болела постоянно.  
ОРВИ да ОРЗ!  
Только закаляться стала,  
Спать могу на сквозняке!

2.У меня всегда ангина -   
Была самый лучший друг!  
Стала кушать витамины,  
И теперь пою я тут!

3.Я от лени начинала   
Уставать еще с утра.  
А в походе лень устала –  
Я домой одна пошла!

4.Ночью я смотрела фильмы,  
Утром встать - хоть под расстрел!  
Папа телик отключил мне,  
А теперь бужу я всех!

5.В голове трещало часто  
От компьютерной игры.  
Запретила игры мама,  
Треска нет и головы!

6.Ой, скажу вам по секрету:  
Прикурил я сигарету!  
В голове такой бардак!  
Нет! Куренье – жизни враг!

7 (вместе): Всем, друзья, даём совет мы:  
Всякой лени «нет!» сказать,  
Кашу есть и быстро бегать,  
И к здоровью путь держать!

Бабуля: У нас всегда закрыты окна –  
А вдруг ворвется в дом сквозняк?!  
А от него чихнет мой Вова! Да-да-да!  
А простывать не может он никак!  
(Бабуля достает платок, вытирает слезы от жалости к внуку.)

Выходит Айболит и спрашивает бабулю:  
Айболит: И часто он у вас болеет?  
Бабуля: Через день да каждый день!  
Айболит: От хандры и всех болезней  
Скажите, что друзья, полезней?!  
Ведущие: Свежий воздух, бег, движенье  
Вам поднимут настроенье!

Звучит фонограмма песни «А когда помрешь…»  
Айболит: Как проснулся так вставай –  
Лени воли не давай.  
Утром делай по порядку  
Физкультурную зарядку.

Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,  
Надо это повторить.(2 раза)  
Айболит: Подружись ты с чистотой –   
Руки мой перед едой.  
Зубы лучше щеткой три –   
И снаружи и внутри.  
Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,  
Надо это повторить.(2 раза)  
Айболит: Свежий воздух не вредит:  
Человека он бодрит.  
Солнце, воздух и вода –  
Наши лучшие друзья!  
Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,  
Надо это повторить.(2 раза)  
Бабуля: Ой, это в песне все легко и просто «как проснулся, так вставай; делай зарядку…». А на самом деле – попробуй, пробеги, кувыркнись! Ёще руки-ноги поломаешь! Сиди, внучек, не вставай!   
Вовочка: Я бы в футбол поиграл или с ленточкой побегал!   
Бабуля: Касатик! Какая тебе ленточка! Она у тебя вокруг талии не сойдется!  
Айболит: Эх, бабуля! Так и останется ваш Вовочка неповоротливым тюфяком! Вы только посмотрите, как хорошо двигаются наши спортсмены.  
  
Звучит песня «Гимнастика», дети выполняют движения.   
Ведущие: Ну, как, вам понравилось выступление наших спортсменов?  
Вовочка: Мне очень понравилось! Но они профессионалы! Им повезло! А что делать простым ребятам? Они разве так смогут сделать?!  
Бабуля: И не говори, внучек!  
Айболит: Дело вовсе не в везении,  
А в закалке и терпении.  
Пусть они тебе покажут,   
Пропоют или расскажут,   
Как же можно ловким стать,   
Чтоб быстрее всех бежать,  
Быть сильнее и смелее,   
Быть активней, веселее!  
Ведущие: Вовочка, ты готов пойти с нами по тропе здоровья?  
Вовочка: Куда я должен идти?  
Ведущие: Как куда, к здоровью! Понятно! Ты ещё не готов! А чтобы ещё раз показать вам, что движение и искусство – это прекрасно, посмотрите танец, который приготовили наши ребята.

Танец.  
(Вовочка, вдохновленный выступлением ребят, старается повторять за ними движения).

Вовочка: Все, бабуля! Я для себя решил: начинаю другую жизнь с завтрашнего дня!  
Буду рано я вставать,   
Кровать свою убирать!  
Зарядку делать на балконе,  
Побегу трусцой я в школу.  
Позабуду про пирожные,   
Чипсы с гамбургером тоже.  
Сяду завтра на диету,  
И в поход отправлюсь летом.  
Запишусь на бокс, на теннис,  
И, конечно, похудею!

Бабуля: Батюшки, пропал внучок!  
Вовочка: Это я пропасть бы мог.  
Только вовремя ребята  
Показали мне, как надо  
Жить, чтоб бодрым быть, здоровым,  
ЗОЖ раскрыли мне основы!

Ведущие: Бабуля, не печальтесь! Пусть Вовочка начнет вести здоровый образ жизни и Вы увидите, он всё будет успевать, забудет про болезни, станет стройным и ловким, да и учеба пойдет на лад. Правильно, ребята?

Звучит заключительная песня (фонограмма «Песенка военных корреспондентов»)  
Любят все на свете,   
Взрослые и дети,  
С нами свое время проводить,  
С нами интересно,  
С нами так чудесно!  
С нами веселей на свете жить!  
Припев: Будьте все здоровы!  
Мы всегда готовы  
Радовать движением друзей.  
Чудные мгновенья,  
Море настроенья!  
На душе становится светлей!  
Мы враги болезней,  
Всех микстур полезней,  
Если с нами дружишь каждый день.  
Дарим телу сладость,  
Мышечную радость,  
Прогоняем мы печаль и лень.  
Припев:  
Год идет за годом.  
Плавным хороводом  
Время над планетою кружит.  
В этом хороводе  
Мы друзей находим,  
Спорт не будет никогда забыт1  
Припев:  
Ведущие: Подходит к концу наша встреча, ребята,  
Но праздник здоровья не знает границ.  
А что о здоровье заботиться надо,  
Мы вам показали, покажет и жизнь!  
Улыбка красивая, стройность фигуры,  
Успешность учебы зависит от нас.  
К нам хвори, печали дорогу забудут,  
Ведь наше здоровье в надежных руках!