***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!