Дети входят в зал с флажками, шагают под марш, друг за другом, образуя круг.  
1 Ведущий: Сегодня у нас, ребята, праздник- «День здоровья».  
Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?  
Отвечают: Нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.  
  
2 Ведущий: Правильно, ребята.  
Вместе с солнышком проснись,   
На зарядку становись,  
Будем бегать и шагать  
И здоровье укреплять.  
Звучит марш. Упражнение с флажками.  
Неожиданно появляется «Простуда» ( воспитатель или помощник воспитателя)  
Простуда: Ой, я так спешила, бежала,  
А на зарядку опоздала.  
1 Ведущий: Ребятки, вы знаете кто к нам пришёл?  
Дети: Нет.  
Простуда: Как не знаете?  
Я противная простуда  
И пришла я к вам оттуда.  
( показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)  
Простуда: Всех я кашлем заражу,  
Всех я чихом награжу.  
2 Ведущий: А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда.  
Будем мы всегда здоровы!  
Закаляться мы готовы  
И зарядку выполнять,  
Бегать, прыгать и скакать.  
Звучит марш.  
1.Дети шагают.  
2. Бегут на носочках.  
3. Прыгают на двух ногах.  
4. Бегут на носочках.  
  
1 Ведущий: Мы бежали, мы бежали  
И немножечко устали.  
Мы присядем, отдохнём, ( приседает с детьми, отдыхает присев)  
И опять шагать начнём.  
( Упражнение повторяется)  
2 Ведущий: Ничего « Простуда» у тебя не получается.  
Видишь, наши детки как занимаются физкультурой.  
И болеть они не хотят.  
Простуда: Я как подую на вас,  
Как зачихаю сейчас,  
Всех болезнью заражу  
И микробами награжу.  
1 Ведущий: Мы зарядку делали;  
Прыгали и бегали.  
Стали мы умелыми,  
Сильными и смелыми.  
Вставайте детки, мы покажем « Простуде» какие мы умелые,   
сильные и смелые.  
Пальчиковая игра «Пирожки»:  
[Раз, два](http://www.sotmarket.ru/product/alex-raz-dva-zashnuruj-menya-1457.html" \t "_blank), три, четыре,  
Ловко тесто замесили.  
Раскатали мы кружочки,  
И слепили пирожочки.  
Пирожки с начинкой,  
Сладкою малинкой.  
Из печи достали,  
Угощать всех стали.  
Простуда: Не хочу я пирожков! (топает ногами)  
Не хочу я вас, дружков.  
А хочу вас заразить,  
И микробами наградить.  
Будете в кроватках лежать  
И [лекарство](http://apteka-ifk.ru/" \t "_blank) принимать.  
2 Ведущий: Ничего у тебя не получится.  
Мы будем петь и плясать.  
Ручки, ножки тренировать.  
Выходите, детки, будем зайчиками, будем делать « зайкину зарядку».  
Выполняется «Заячья зарядка»  
2 Ведущий: А теперь посмотри, «Простуда», кто сильнее? Ты, или наши ребята?  
Игра-упражнение «Кто ловкий?» (дети проходят по гимнастической скамейке, спрыгивают, затем пролазают в воротики).  
Простуда: Ну и что, [я тоже](http://www.sotmarket.ru/product/joy-toy-ya-tozhe-rulyu-06814.html" \t "_blank) так умею. (пробегает по доске, пытается пролезть в воротики, не получается).  
1 Ведущий: Ребята, давайте прогоним простуду.  
Ручками захлопаем, ножками затопаем.  
Скажем вместе: раз, два, три,  
Ты , простуда, уходи!!! («Простуда» убегает)  
Входит Доктор Айболит.  
Доктор Айболит: Здравствуйте, ребятки!  
Доктора вызывали?  
Я Доктор Айболит.  
У кого чего болит?  
2 Ведущий: Здравствуй, Доктор Айболит!  
Ничего у нас не болит.  
Мы делали зарядку и к нам примчалась «Простуда».   
Хотела наших деток заразить, чтобы они заболели, чтоб у них  
поднялась температура, начался кашель, насморк.   
Но наши дети всегда делают зарядку, принимают витамины, пьют соки.  
Доктор Айболит: Зарядка всем полезна,  
Зарядка всем нужна.  
От лени и болезни  
Спасает нас она!  
И куда же делась эта «Простуда»?  
2 Ведущий: А мы её прогнали. Правда, ребятки?  
Дети: Да.  
Доктор Айболит: Вы ребятки молодцы! Вы простуду победили и здоровье сберегли, потому что ели кашку, пили соки, гуляли на солнышке, делали зарядку, занимались физкультурой. И за это Айболит вас витаминами угостит. Подставляйте ладошки, получайте витаминку. Будьте всегда здоровы!  
Дети фотографируются с Доктором Айболитом. Затем прощаются.