**День Здоровья с Айболитом**

В: Чтобы громче пелись песни, жить, чтоб было интересней

Нужно сильным быть, здоровым – эти истины не новы

Только вы ответьте мне, путь к загадочной стране

Где живет здоровье ваше, все ли знают, дружно скажем

Все: Да!

В: Только помните, ребятки, каждый день свой непременно

Начинайте с физзарядки, не играйте с дремой в прятки

*(дети выполняют движения по показу танец «Танцуйте сидя»)*

В: покажите ваши лица – не забыл ли кто умыться?

Знаем мы как дважды два, как нужна всему вода *( читают потешку о водичке)*

В: Лечит маленьких детей, лечит кошек и зверей

А сейчас он к нам спешит, добрый доктор …**Айболит**

*На самокате въезжает Айболит*

А: Я приехал к Вите, я приехал к Коле

Впрочем, ко всем детям, кто у вас болен?

В: Здравствуй, дорогой доктор, все ребята у нас здоровы

А: Быть здоровыми хотят и взрослые и дети

Как здоровье сохранить, можете ответить?

-Каждый день перед едой нужно руки мыть…**водой**

-Чтобы быть здоровым и красивым, мой лицо и руки с …**мылом**

-Рано утром, спозаранку нужно делать всем…**зарядку**

От простуды и ангины вас спасают …**витамины**

-Солнце, воздух и вода наши лучшие…**друзья**

**танец – игра «Это мы, это мы…»** *(движения по показу)*

В: Уважаемый Доктор Айболит мы знаем, как ухаживать за собой и в этом им помогают…, а вот послушай загадки о наших помощниках *загадывает загадки:*

**4.**Лёг в карман и караулю **3.**Говорит дорожка- два вышитых конца:

Рёву, плаксу и грязнулю «Помылься, хоть немножко и вымой грязь с лица!

Им утру потоки слез Иначе ты в полдня испачкаешь меня»

Не забуду и про нос ***(носовой платок) (полотенце)***

**1.**Целых 25 зубков **2.**Резинка – Акулинка

Для кудрей и хохолков Пошла, гулять по спинке

И под каждым из зубков А пока она гуляла

Лягут волосы рядком Спинка розовая стала

***(расчёска) (губка)***

В: Я платочки постирала, их развешивать не стала

И прошу, ребята вас, их развешать мне сейчас

***Эстафета с платочкам*** *(по сигналу бегут 2 девочки развешивают платочки)*

В: Вижу всё у вас в порядке, вы отличные ребятки

А: А сейчас спрошу вас, Саши, Коли, Нины и Наташи.

Тани, Ани и Сережи, Стасы и Никиты тоже.

Признавайтесь, Толи, Любы, часто чистите вы зубы.

*ответы детей*

А: - Молодцы, я всем вам верю, но ваши знания проверю.

Если дам совет хороший, вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет говорите хором: «Нет!»

***игра «Да и Нет».***

-Постоянно нужно есть для зубов для ваших.

Фрукты, овощи, омлет, творог, простоквашу.

Если мой совет хороший - вы похлопайте в ладоши.

-Не грызите лист капустный, он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад.

Это правильный ответ? (Нет)

-Говорила маме Люба: - Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы дырка в каждом, каждом зубе.

Будет ваш как ответ, молодчина Люба? (Нет)

-Ох, неловкая Людмила на пол щетку уронила.

С пола щетку поднимает, чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный ответ, молодчина Люба? (Нет)

-Навсегда запомните, милые друзья.

Не почистив зубы, спать идти нельзя.

Если мой совет хороший вы похлопайте в ладоши.

-Зубы вы почистили и идете спать захватите булочку

сладкую в кровать, это правильный совет. (Нет)

-Запомните совет полезный, грызть нельзя предмет железный.

Если мой совет хороший, вы похлопайте в ладоши.

-Чтобы зубы укреплять, полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет? (Нет)

-Молодцы же вы ребятки, Коли, Вани, Иры, Лены.

Будет все у вас в порядке, если будете соблюдать, правила личной гигиены.

Давайте посмотрим кто из вас быстрее доберется до предмета который помогает вам быть чистыми и опрятными.

***Эстафета «Мотальщики»*** *(на конце ленты расческа, зубная щетка…)*

А: Ой, ребята! У меня зазвонил телефон

Алло, кто говорит? Слон? Откуда? Ваши дети заболели?

У них ангина, скарлатина, малярия, дифтерия, и бронхит?

Ладно, ладно. Я бегу, вашим детям помогу

Ой, ребята! Сколько мне предстоит работы.… Помогите мне собрать витамины для больных зверят

***Эстафета «Собери витамины»*** *(с киндерами)*

*(собирают киндеры, кто больше)*

В: Вот ещё одна игра - трудное задание

За дело взяться вам пора, и проявить старание

***Игра «Я или не я»***

Кто не терпит слёз и скуки? *Дети отвечают хором на все вопросы:*

Кто не моет с мылом руки? *«Я или «не я»*

Кто старательный и смелый?

Кто бездельник неумелый?

Кто здесь трус, дрожит от страха?

Кто чумазый, кто неряха?

Кто отважный удалец, в каждом деле молодец?

Кто помощник самый лучший?

Кто умеет бить баклуши?

Кто похож на моряка?

Кто валяет дурака?

Кто здесь взрослых уважает?

Кто детей не обижает?

Кто хоть раз ходил в кино?

Кто мячом разбил окно?

Кто играть умеет в прятки?

Кто стреляет из рогатки?

Кто же скромный, кто молчит?

Кто все время «Я» кричит?

Карлсон (кричит вместе с детьми «Я»)

Ведущий.- Кто-то к нам сюда спешит слышите: мотор жужжит.

*Появляется Карлсон.*

Карлсон.- А вот и я! Я самый упитанный, я самый воспитанный!

В.- Здравствуй, Карлсон, дорогой, рады встрече мы с тобой

К.-Я всегда вернуться рад в свой любимый детский сад. Ап-чхи!

В.- Что такое? Ты постужен?

К.- Я целый день скакал по лужам и теперь простыл, охрип, у меня, наверно, грипп.

В.- Как же думаешь лечиться? Пить таблетки- не годится.

К.- Я лекарство сделал сам! Это просто чудеса!

Смело, складываем в кучку карамельку и тянучку,

Очень много мармелада, и кусочки шоколада.

И на все на это сверху все овсяное печенье нужно мелко покрошить.

Называется лекарство: « Чмок- чмок- чмок- вкуснятина»,

От простуды помогает просто замечательно.

Я ещё я очень тортики люблю, вот!

В.- Дети разве сладкое полезно? Нет, это диатез, кариес, и лишний вес!

К.- Лишний вес? *(оглядывает себя)*

В.- Ну а ты дружочек мой, не страдаешь худобой? *(Щекочет Карлсона)*

К.- Ой, щекотки я боюсь. Дети, что же делать? Как мне быть? Как здоровье сохранить?

Дети рассказывают.

1-ый ребенок.

Чтоб здоровье сохранить

Надо спортом заниматься

Надо правильно питаться

К: Спортом надо заниматься! Ну а правильно питаться?

Ну - ка дети подскажите, разобраться помогите

Я начну, а вы кончайте, дружно хором отвечайте

От простуды и ангины- нас спасают витамины (дети хором)

Творог, овощи и фрукты, всем полезные продукты

Меньше сладкого, мучного, вот и станешь стройным снова

Ах, конфетки и ватрушки, слойки, бублики и плюшки. Как от вас мне отказаться?

В: Карлсон перестань терзаться

Вот тебе волшебный мяч, ты на нём помчишься вскачь

Укрепишь мускулатуру, и осанку и фигуру

Как про сладкое забудешь, ты здоров и строен будешь

Ну давай скорей садись

К: Вот так мячик, ну-ку, ну-ка. Эка хитрая наука (скачет) Я и так, я и так!

В: Карлсон, прыгать ты мастак

К: Мне теперь с таким мячом килограммы нипочём!

Буду овощи любить, буду я в спортзал ходить

Прямо завтра начинаю, образ жизни я меняю

До свидание детвора! Здоровья вам виноградного, настроения шоколадного

Радости клубничной, улыбки земляничной (скачет на мяче)

***муз.игра «Мы скакали»*** *(под музыку дети бегают после окончания занимают места на г.ск.)*

В: Вижу всё у вас в порядке, вы отличные ребятки

Очень рада я за вас сегодня

И совет такой я дам -

Занимайтесь физкультурой

По утрам и вечерам!

Будьте в дружбе с физкультурой,

Папы, мамы, дети.

Воздух, спорт и витамины

Всем нужны на свете.

А за праздник ваш веселый

Я вас всех благодарю,

Свой подарок витаминный

На здоровье всем дарю.