Ведущий: Здравствуйте, ребята! Мы с вами собрались здесь, чтобы

отправиться в поход к СЛАДКОМУ ДЕРЕВУ.

На полянке, на лесной,

Под пушистою сосной,

Зайка прыгает косой…

Он-то и поможет нам найти СЛАДКОЕ ДЕРЕВО в лесу!

Зайка: Слушайте, девчонки и мальчишки!

Слушайте, маленькие ребятишки!

Ведущий: Даст ребятам Зайка добрые советы,

В них и спрятаны секреты.

Как дорогу нам найти

И здоровье сохранить.

Зайка: Нужно спину так держать,

Чтобы ровненько стоять.

Люди смотрят не дыша:

Ох, осанка хороша!

Ведущий: Ребята, думаю, мы сможем показать Зайке, какая у нас красивая спина, а вот и первый указатель…

(

*Пройти по скамейке, перешагивая через препятствие)*

Ведущий: Молодцы, ребята, вы легко преодолели это препятствие и

находитесь на верном пути!

Зайка: Ты зарядкой занимайся,

Если хочешь быть здоров,

Водой холодной обливайся–

Позабудешь докторов.

Ведущий: Мы шагаем друг за другом

Лесом и зеленым лугом.

*(Ходьба обычная 30 с. вместе с Зайкой)*

Ведущий: Крылья пестрые мелькают,

В поле бабочки летают.

Раз, два, три, четыре,

Полетели, закружились.

*(Бег врассыпную на носках в чередовании с кружением и имитацией полёта бабочек (1 мин.))*

Ведущий: Ребятки разбежались.

Тишина стоит вокруг.

Вышли мы с детьми на луг.

А вот ещё один ориентир…

Прыг-скок, прыг-скок,

Прыгать нужно на носок.

(

*Перепрыгнуть через «упавшие брёвна»)*

Ведущий: Молодцы, ребята, вы и с этим заданием легко справились

и не сбились с пути!

Ведущий: Зайка, у тебя печальный вид –

Зайка: Голова моя болит,

Я чихаю (апчхи!), я охрип.

Ведущий: Что такое?

Дети: Это – грипп!

Ведущий: Не румяный гриб в лесу,

А поганый грипп в носу!

А как вы думаете, как передаётся грипп?

Дети: При дыхании, чихании, кашле, разговоре.

Так же через бельё, игрушки, посуду…

Ведущий: Ребята, а кто теперь поможет Зайке, вылечить грипп, он же

наш друг и проводник к СЛАДКОМУ ДЕРЕВУ, надо ему помочь.

Дети: Врач.

Ведущий: Зайка, ты прыгай пока на приём ко врачу, а как

поправишься, возвращайся и покажи нам дальше дорогу.

А я пока дам ребятам советы, чтобы избежать заболевания:

1-й совет: Старайтесь не разговаривать с людьми, у которых есть

признаки заболевания – температура, насморк…

2-й совет: Во время эпидемии гриппа старайтесь не посещать

общественные места – магазины, общественный транспорт,

библиотеки, цирк…

3-й совет: Больше пейте, принимайте лекарства, назначенные врачом,

промывайте нос, больше спите, т.к. сон – лучшее лекарство.

4-й совет: Используйте защитно – марлевую повязку, т.к. она не пускает

вирусы гриппа в организм.

5-й совет: Делайте физические упражнения и закаляйтесь.

Мы об этом скажем кратко,

Хотя тема и важна.

И закалка, и зарядка

Даже Зайчику нужна!

Ведущий: Все советы запомнили? А вот и наш Зайка, уже совсем

здоровый.

Зайка: Мы уже совсем близко…

(

*Надо в воротики мячи прокатить…)*

Ведущий: И это задание вам по плечу!

Зайка: Если долго вдаль глядеть,

На зеленый цвет смотреть,

Будешь ты здоров всегда,

Будут сильными глаза.

Ведущий: Ребята, пока Зайка к нам бежал, он встретил Волка по дороге.

Серый Волк хотел бы с вами поиграть в игру

«Зайцы и Волк» (3 раза).

Ведущий: Смотрите-ка, вот ещё указатель….

Он точно укажет дорогу к СЛАДКОМУ ДЕРЕВУ.

Ведущий: Зайка, подскажи, как нам найти СЛАДКОЕ ДЕРЕВО.

Зайка: Чтоб была спина пряма,

Поднимайтесь на носочки,

Словно тянетесь к цветочкам!

Ведущий: Ребята, нам Зайка не просто так рекомендует на носочки встать.

Ведущий: Идём за Зайкой на носочках, и ищем СЛАДКОЕ ДЕРЕВО

глазками.

*(дети находят дерево, украшенное конфетами)*

Ведущий: А вот и сладости для ребят!

Зайка: Мы открыли вам секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы

И легко вам будет жить!

Ведущий: Да, сегодня мы узнали много полезного, спасибо тебе Зайка.

Пришло время всех ребят угостить конфетами со СЛАДКОГО

ДЕРЕВА.

*(Ведущий с Зайкой раздают шоколад)*

Ведущий: До новых встреч, ребята!

*(Дети расходятся по площадкам)*