**«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ» (осенний)**

***Сценарий составлен педагогом ГБДОУ № 100 Нечаевой Еленой Валерьевной***

**Сценарий дня здоровья в ДОУ.**

**Участники:** Ведущий, Простуда, Доктор Айболит, дети детского сада, воспитатели, сотрудники детского сада.

**Место проведения праздника:**физкультурный зал.

**I часть**

**8.20**

Общий сбор в физкультурном зале.

Звучит музыка «Спортивный Марш», автор Лебедев-Кумач, композитор И.Дунаевский.

Дети входят в зал, шагают под марш, друг за другом, образуя круг.

**Ведущий:** Сегодня у нас, ребята, праздник- «День здоровья».

Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

**Дети:** Нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.

**Ведущий:** Правильно, ребята.

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать и шагать

И здоровье укреплять.

Звучит музыкальная композиция, дети выполняют движения под музыку, по показу ведущего.

**Комплекс упражнений.**

1. Ходьба на месте с высоким подниманием колен. Подскоки на месте.
2. «Повороты головы». И.п.: основная стойка. 1 – повернуть голову вправо (влево), 2 – и.п.
3. «Повороты в стороны». И.п.: стоя, руки на поясе, 1 – правую (левую) руку в сторону, поворачивая туловище, 2 – и.п.
4. «Наклоны вперед» Достать до носочков, замереть, выпрямиться.
5. Поднимаемся на носочки и опускаемся,
6. «Приседаем». 5-10 раз
7. «Прыжки на одной и на двух ногах»
8. Дыхательные упражнения.

Неожиданно появляется **«Простуда»**

**Простуда:** Ой, я так спешила, бежала,

А на зарядку опоздала.

**Ведущий:** Ребятки, вы знаете, кто я?

**Дети:** Нет.

**Простуда:** Как не знаете?

Я противная простуда

И пришла я к вам оттуда.

( показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)

**Простуда:**

Как подую я  на вас,

Как закашляю сейчас,

Всех болезнью заражу

И микробами награжу.

**Ведущий:** А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда. Видишь, наши детки каждый день занимаются физкультурой.

**Все вместе:**

Будем мы всегда здоровы!

Закаляться мы готовы

И зарядку выполнять,

Бегать, прыгать и скакать.

**Простуда:** Неужели у меня не получиться никого заразить?

**Ведущий:** Не получится. Ребята давайте мы сейчас отправимся на завтрак а потом снова вернемся в зал и докажем простуде что мы знаем как быть здоровыми и что мы не хотим болеть.

**Простуда:**

Ну что же, я приду и проверю ваши знания, а кто ничего не знает того я кашлем награжу (кашляет и чихает).

**Дети уходят на завтрак.**

**II часть**

**Место проведения праздника:**физкультурный зал

**9.30**

**Простуда:**  (кашляет, чихает)

Всех я кашлем заражу,

Всех я чихом награжу.

**Ведущий:**

Не получится.

Ребята, а что вы еще делаете, чтобы быть здоровыми?

Ответы детей, рассматривают слайды.

Стук в дверь.

Входит Доктор Айболит.

**Доктор Айболит:**

Здравствуйте, ребятки!

Доктора вызывали?

Я Доктор Айболит.

У кого чего болит?

**Ведущий:**

Здравствуй, Доктор Айболит!

Ничего у нас не болит.

Мы сегодня утром 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.

Правда ребята?

**Ответ детей:** Да!

**Простуда:** Ай! Ай! Ай! Ой! Ой! Ой!

**Доктор Айболит:** Ребята, давайте сейчас покажем Простуде что мы не хотим болеть, и докажем, что все здоровы!

**Простуда:**

Ну что ж ребята, смотрите если кто-нибудь сделает ошибку или ничего не знает, того я точно простужу, ведь я простуда! Будете кашлять и чихать, или еще хуже лежать с температурой дома!

**Доктор Айболит:** Ну уж нет,  Простуда, ребята все знают о здоровье, и тебе не удастся их заразить, правда ребята?

**Ответ детей:** да!

**Ведущий:**

 Тогда мы начинаем.

Наш детский сад сегодня превратился в страну «Здоровье»

Сейчас все отправляемся проходить испытания по станциям «Здоровья».

**Первая станция "Чистюля"**

**Ведущий:** Чтобы быть чистым, надо, надо умываться по утрам и вечерам.

*(эстафета с принадлежностями для умывания - зубная щетка, паста, мыло, стаканчик, полотенце)*

**Вторая станция "Аппетитная"**

**Ведущий:** Чтобы быть сильным, крепким, надо кушать витамины и полезную еду.

(дети выбирают из картинок фрукты и овощи и прикрепляют к мольберту - эстафета)

**Третья станция "Спортивная"**

**Ведущий:** После вкусного и полезного перекуса можно свою силу, ловкость показать.

(дети переносят мешки с "арбузами" - эстафета) В мешках воздушные шары.

**Четвертая станция "Будь осторожен"**

**Ведущий:** В любом месте, в любое время всегда надо соблюдать правила безопасности, беречь свое здоровье.

(викторина "Вопрос - ответ")

**Пятая станция "Позитивная"**

**Ведущий:** Чтобы всегда быть здоровым, необходимо хорошее настроение.

(выполнение аэробики под музыку)

**Ведущий:**

Ну вот простуда, посмотри.... Ой, ребята а где простуда?

Да вы такие молодцы и простуду прогнали и показали, какие вы сильные, смелые.

Вы прошли все испытания и доказали что вы знаете как вести себя чтобы не заболеть и быть здоровыми.

**Доктор Айболит:**

«Дорогие ребята!!!

Любите холодную воду, она закаляет ваше тело и ум.

От простой воды и мыла

У микробов тают силы.

Чтоб расти и закаляться,

Надо спортом заниматься.

Закаляйся, детвора,

В добрый час: Физкульт-Ура!»

**Дети.** Ура!

**Доктор Айболит:**

 А еще ребята вам в награду за пройденные испытания подарки для групп (мячи)

Дети уходят на прогулку.

**III часть**

**Место проведения:**физкультурный зал

**(проводится во второй половине дня после дневного сна в 15.40)**

После проведения закаливающих и гигиенических процедур,

после приема пищи (полдника) все участники Дня Здоровья собираются в музыкальном зале на подведение итогов)

**Ведущий:** Ну что ребята сегодня в нашем саду прошел день здоровья.

Вы путешествовали по стране «Здоровье», расскажите а что вы делали на станции «Аппетитная»?

**Ответы детей.**

**Ведущий:** А на станции «Чистюля»?

**Ответы детей.**

**Ведущий:** А чем вы занимались на станции «Будь осторожен»?

**Ответы детей.**

**Ведущий:** А что вы делали на станции «Позитивная»?

**Ответы детей.**

**Ведущий:** А чем вы занимались на станции «Спортивная»?

**Ответы детей.**

**Ведущий:** Да вы такие молодцы и простуду прогнали и показали, какие вы сильные, смелые.

Вы прошли все испытания и доказали что вы знаете вести себя чтобы не заболеть и быть здоровыми.

**Ведущий:** Ребята, Айболит улетел в Африку, в Лимпопо, лечить больных зверюшек, но он оставил сюрприз для всех нас, мультфильм: «Зарядка для хвоста»  из серии «38 попугаев»), студия  «Союзмультфильм», 1979 г. Режиссер: Уфимцев Иван.

Ведущий предлагает детям посмотреть мультфильм «Зарядка для хвоста»

**Использованная литература:**

1. Конторович М.М., Михайлова Л.И. «Подвижные игры в детском саду» -1961г.
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» Пособие для воспитателя детского сада – М.: Просвещение, 1989 г.
3. Гирченко. И. «Подвижные игры» — М.: Мой Мир ГмбX&Ко. КГ, 2007 г.
4. Интернет-ресурсы

Приложение

 

