**День Здоровья.**

**Задачи:** Способствовать физическому развитию детей, их силе, быстроте и ловкости. Развивать выдержку, выносливость, воображение, кругозор. Воспитывать соревновательные качества, чувство взаимовыручки, поддержки. Создать в зале атмосферу веселья, доброжелательности, потребность коллективного общения, дружеского состязания, удовольствия. Научить заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих.

Ход праздника.

ВЕД: Добрый день, дорогие ребята! Дети, у нас сегодня праздник - День Здоровья! На этом празднике мы узнаем, что нужно делать для того, чтобы быть здоровыми, смелыми, сильными.

( за дверью слышны охи-вздохи)

Кто же это так охает?

(входит ОХ)

ОХ: Здравствуйте, ребятишки, девчонки и мальчишки!(грустно говорит, тихо) Вы меня узнали? Я дедушка Ох. Хотел повеселиться с вами и поиграть!

ВЕД: ОХ, а что это ты такой грустный? У нас же сегодня день здоровья! Мы будем сегодня бегать, прыгать, играть, соревноваться.

ОХ: Ох, ребята, я немного приболел(чихает) Вы не знаете, что со мной?

(ответы детей)

ВЕД: Ребята, посмотрите, у меня в руках воздушные шарики. Они очень похожи на бактерии гриппа, только те очень маленькие, их можно увидеть только под микроскопом. Они летают по воздуху там, где есть больные люди, и могут попасть в нос и рот к здоровым по воздуху. Тогда здоровый человек может заболеть. Особенно опасно, когда больной человек кашляет или чихает. Что надо делать, если вы чихаете?

(ответы детей)

А что нужно делать, чтоб не заболеть?

(дети отвечают)

ВЕД: (подводя итог) Да, надо закаляться, физкульт. Заниматься, есть больше овощей и фруктов, лук, чеснок, гулять на свежем воздухе. (Во время перечисления лопает шарики) Вот и вирусы исчезают.

Теперь, Ох, ты понимаешь, что надо делать?

ОХ: Ох, что-то мне мало верится , что от зарядки, овощей я буду здоров.

ВЕД: Ну не знаю, ОХ, что с тобой делать. Оставайся с нами, посмотри на ребят – может сможем тебя переубедить!

вед:

Приглашаю всех вас в лес,

много там всегда чудес.

даже осенью мы в нем

интересное найдем.

1. ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ. (проходят через препятсвия, разложенные в группе) входят в зал через др. дверь)

Ребята находят письмо.

вед. Читает:

"Эй. детишки-ребятишки.

и девчонки и мальчишки!

Мы, лесные жители,

Кикиморы долгожители,

русалки да Кощей,

Лешии всех мастей!

Всенародно объявляем:

Что сегодня отмечаем

всей земле на удивленье

Бабки Ежки день рожденья!

Приходите к ней в избушку,

да порадуйте старушку!

вед:

Что за чудо-приглашенье,

прямо всем на удивленье!

Ну, что ребята, приглашение принимаем?

Мы ведь Ягусю уважаем?

Вгости мы пойдем к старушке

В ее куриную избушку!

2 ХОДЬБА ПО СЛЕДАМ- КУРИНЫМ ЛАПКАМ.

Подходят к избушке. Выходит баба Яга.

вед. : Здравствуй, Бабушка Яга

Как здоровье, как дела?

Мы пришли на юбилей

Принимай гостей скорей.

Сколько же тебе годков, Ягуся?

Б.Я.:

Здравствуйте, ребятишки!

Что значит, какие года?

Ой, года мои годочки,

Словно в поле василечки!

Пролетели, не догнать,

И себя мне не узнать!

Вот бы сделать мне массаж,

Наложить бы макияж,

Заплести бы Русы косы,

Да годков бы двести сбросить!

Вед:

Ты, Ягуся, не грусти,

К медицине обратись

Мы ж советуем тебе

Маску из сметаны,

Станешь снова ты тогда молодой, румяной!

Вед обращает внимание на неопрятность Б.Я. Предлагает ей умыться, причесать волосы, и.т.д.

1.

Сам я встал сегодня рано,

Чистить зубы Я пошел,

Сам умылся из-под крана

и расческу сам нашел.

Перед Зеркалом стою\_

посмотрите на меня,

неужели это я?

2.

Чистим зубы дважды в сутки,

чистим долго -- три минутки.

Щеткой чистим не лохматой,

Пастой вкусной, ароматной,

Чистим щеткой вверх и вниз-

Ну, микробы, берегись!

3.

Кран откройся, нос умойся.

Мойтесь сразу оба глаза.

Мойтесь уши, мойся шейка,

Мойся, мойся хорошенько.

Мойся, мойся, обливайся,

Грязь смывайся, грязь смывайся.

Б.Я.: Что вы! Какая медицина? какая гигиена? Не верю я в это! Я лучше пойду полежу на печи...

ОХ:Как же так, Ягуся? У тебя ведь есть волшебное зелье от всех болезней? Дай мне – я за ним пришел с ребятами.

Б.Я.

Ой, ты , старый дурень! Давно уж зелье не варю-лет100, да и рецепт не помню. Пойду, полежу…

Вед: Нет, любезная Яга!

деревянная Нога,

Надо делать физзарядку,

Не отлеживать бока,

Надо спортом заниматься и водою обливаться!

Б.Я:

Что вы, что вы! какая еще физзарядка? Какой спорт?

Я сегодня поутру простудилась на ветру.

Ревматизма разыгралась, ну а ежели помру?

Вед:

Не помрешь! позабудь свои хворобы

Да с ребятками вставай.

Модно, весело, игриво,

Ну-ка бабка, за работу, живо!

1.

Для чего нужна зарядка-

это вовсе не загадка:

Чтобы силу развивать

и весь день не уставать.

2.

Если кто-то без оглядки

Убегает от зарядки,

Он не станет нипочем

Настоящим силачом.

3.

Чтобы нам не болеть

и не простужаться,

мы зарядкой всегда

будем заниматься

4.

Нам лениться не годится!

Помните, ребята:

Даже звери, даже птицы

Делают зарядку.

Б.Я. Ладно, ладно все, сдаюсь

С вами в строй я становлюсь.

ЗАРЯДКА "ВСЕ ВОКРУГ СТАРАЮТСЯ" мл.гр.

САМОМАССАЖ " У ЖИРАФА ПЯТНЫШКИ" сред гр.

3. ЭСТАФЕТА С МЯЧОМ, ЗАЖАТЫМ МЕЖДУ НОГ (ст-подг)

4. ЭТАФЕТА ИЛИ ИГРА

Б,Я Физкультурой занялась-

Вмиг ломота улеглась.

Благодарна вам, ребята

Пойдемте в сад ко мне скорей.

Уменя много яблок выросло- одна я их не соберу.

5. ПРЫГАТЬ НА ОДНОЙ НОЖКЕ ДО КОЗИНЫ С ЯБЛОКАМИ, НА ДРУГОЙ, НОЖКЕ ВОЗВРАТИТЬСЯ

Помните- по Ежкиным дорожкам можно скакать только на одной ноге!

Порадовали бабку, молодцы!

Б.Я роняет корзину с яблоками, мл. гр. собирает

(ИГРА-"СОБЕРИ ЯБЛОКИ")

6. КТО БЫСТРЕЕ ДОЛЕТИТ НА МЕТЛЕ (эстафета )

7. ВОЛШЕБНЫЙ ТУННЕЛЬ

Ребята, а ведь мы еще ничего Б.Я. не подарили! Она любит цветы! Мы по мостику пройдем, на горку взойдем, по болоту по кочкам за цветами

8.ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ ЗА ЦВЕТАМИ

Вед:

Мы хотим тебя поздравить

Цветы горные вручить.

А для поднятия настроения

красивую песню подарить( или танец- аэробика)

ПЕСНЯ «Физкульт-ура!»

Б.Я.

Вот уважили, спасибо!

Песней тронута друзья.

Почитай, уже лет двести

Не слыхала такой песни.

И сейчас, я вас, ребятки,

Угощаю от души.

До свиданья, детвора!

Мне давно

Домой пора!