Сценарий праздника "Карнавал здоровья"

**Цель мероприятия - воспитывать у детей потребность в здоровом образе жизни, прививать детям санитарные гигиенические навыки, потребность быть здоровыми, закалёнными.**Формировать привычку к ежедневным физкультурным упражнениям, любовь к спорту, подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам  заботится о своём здоровье.
*Выходят мальчик и девочка.*

**Мальчик:**
День особенный у нас!
День здоровья! Без прикрас!
Будем мы и веселиться,
Будем многому учиться:
Как здоровыми всем быть,
Фрукты, овощи любить.

**Девочка:**
Друзей здоровья вам покажем.
Мы спросим их, они расскажут
Ребятам всем о деле важном,
Как сильным вырасти, отважным!

*Входит Доктор Айболит.*

**Доктор Айболит:**Меня вы, ребята, узнали?

**Дети:**Узнали.

**Доктор Айболит:**
Так я тот самый Айболит,
Что всех излечит, исцелит!
Но к вам пришёл я не затем,
Чтоб ставить градусники всем:
Здесь все здоровы?

**Дети:**Здоровы!

**Доктор Айболит:**Очень рад
приветствовать таких ребят.
Прошу тогда всех встать
И упражнения выполнять!

*Звучит музыка, дети перестраиваются в 3 колонны. Проводится игровое упражнение "Повторяй за мной".*

Сделаем разминку,
Держим ровно спинку.
Голову назад, вперёд,
Вправо, влево поворот.

Руки вверх поднять прямые,
Вот высокие какие.
Ещё выше потянитесь
Вправо, влево повернитесь.

А теперь танцует таз,
Посмотрите-ка на нас.
Этим славным упражненьем
Поднимаем настроенье.

Дальше будем приседать:
Дружно сесть и дружно встать.
Прыгать нам совсем не лень
Словно мячик целый день.

*Звучит музыка, дети садятся на стульчики.*

**Айболит:** Кто же мне ответит?

**Дети:**Нужно спортом заниматься, нужно всем нам закаляться.

**Ребёнок:** Я здоровье сберегу,
Сам себе я помогу.

**Звучит «Песня о закаливании».**
**Доктор Айболит** *(Обращается к гостям)*:
Возьми ты в руки карандаш
Да запиши рецептик наш.
Большой рецепт о деле важном:
Как сильным вырасти, отважным!

**Дети***(хором):*
Запомнить нужно навсегда: залог здоровья – чистота.

**Сценка о чистоте**

*Входит Гигиена.*

**Гигиена:**Добрый день! Я – чистота!
С вами быть хочу всегда!
Сначала познакомлюсь с вами,
Чтобы стали мы друзьями.

**Доктор Айболит: А ты кто?**

**Гигиена:**
Я - Гигиена!
Я пришла вас научить,
Как здоровье сохранить.
Много грязи вокруг нас,
И она в недобрый час
Принесет нам вред, болезни.
Но я дам совет полезный,
Мой совет совсем несложный –
С грязью будьте осторожны!

*Звучит музыка, в дверь заглядывает Грязь.*

**Грязь:**Вы про грязь?
И я у вас!

*Грязь все время чешется, идет к Гигиене.*

**Гигиена:**
Ты ко мне не приближайся!
И ко мне не прикасайся!

**Грязь:**Ах-ах-ах.! Какое платье!
Да ведь не на что смотреть!
Я б такое не надела,
У меня - другое дело! -
От борща пятно большое,
Вот сметана, вот жаркое,
Вот мороженое ела,
Это - в луже посидела.
Это клей, а здесь - чернила.
Согласитесь, очень мило.
Я наряд свой обожаю,
На другой не променяю.
Я открою вам секрет –
Лучше платья просто нет...

*Грязь идет к ребятам, пачкает их, Гигиена оттаскивает Грязь от детей.*
**Грязь:**Вы не вымыли посуду?
Значит, скоро я прибуду.
Если пол вы не помыли -
Меня в гости пригласили.
Перестаньте убираться,
Окна мыть, пол подметать.
Ненавижу тряпки, щетки,
Я, друзья, боюсь щекотки.
Забираюсь в уголки,
Там, где пыль и пауки.
Чистоту я не терплю,
Тараканов, мух люблю.
Пауки и паучата,
Где вы, славные ребята?
Изо всех углов ползите.
Паутины наплетите!

***Исполняется танец пауков.***
**Гигиена:**Быстро веники возьмите,
Пауков всех прогоните!

*Подметает.*

**Грязь:**Плохи совсем мои дела,
И здесь друзей я не нашла!

*Машет обреченно рукой и уходит.*

**Гигиена и доктор Айболит:** Запомнить нужно навсегда...

**Дети** *(хором):*Залог здоровья - чистота!!

**Доктор Айболит:**

А сейчас, мои ребятки, загадаю вам загадки.

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(Мыло.)

Хожу-брожу не по лесам,
А по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.
(Расческа.)

До чего ж приятно это!
Дождик тёплый, подогретый,
На полу не видно луж.
Все ребята любят…
(Душ.)

Лёг в карман и караулит
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утрёт потоки слёз,
Не забудет и про нос.
(Носовой платок.)

Костяная спинка,
Жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит.
(Зубная щётка.)

**Доктор Айболит:** Вот ребята, мы узнали, чтоб здоровым, чистым быть

Нужно мыло, душ любить.

**Доктор Айболит:**Мой второй рецепт простой:
Мы порядком дорожим - соблюдаем свой режим!

**1-й ребёнок:**
Когда ложиться и вставать,
Когда игру нам затевать,
Когда садиться за урок,
Когда с малиной есть пирог –
Нам всё часы покажут точно,
Ты понимать учись их срочно,
Чтоб на вопрос: "Который час?"
Ответить мог ты всякий раз.

**2-й ребёнок:**Если будешь ты стремиться
Распорядок выполнять,
Будешь лучше ты учиться,
Лучше будешь отдыхать!

**Доктор Айболит:**Рецепт третий!

**Дети** *(хором)*: Мы поели очень вкусно? Зубы нам почистить нужно!

**1-й ребёнок:**Вам, мальчишки и девчушки,
Приготовил я советы.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.
На неправильный совет
Говорите: нет, нет, нет!

**2-й ребёнок:**Постоянно нужно есть
Для зубов для ваших
Фрукты, овощи, омлет,
Творог, простоквашу.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.

**3-й ребенок:**
Не грызите лист капустный,
Он совсем, совсем невкусный,
Лучше ешьте шоколад,
Вафли, сахар, мармелад.
Это правильный совет?

**Дети:** Нет, нет, нет!

**1-й ребёнок:**Говорила маме Люба:
- Я не буду чистить зубы.
И теперь у нашей Любы
Дырка в каждом, каждом зубе.
Каков будет ваш ответ?
Молодчина Люба?

**Дети:** Нет!

**2-й ребёнок:**
Навсегда запомните,
Милые друзья,
Не почистив зубы,
Спать идти нельзя.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.

**3-й ребёнок:**
Зубы вы почистили
И идете спать.
Захватите булочку
Сладкую в кровать.
Это правильный совет?

**Дети:**Нет, нет, нет, нет!

**Воспитатель:**Вы, ребята, не устали,
Пока здесь стихи читали?
Был ваш правильный ответ,
Что полезно, а что – нет!

**Айболит:**Вот четвертый мой совет!
 **Дети***(хором):* Надо всем нам твердо знать - день с зарядки начинать!

**1-й ребёнок:**Солнце встало! Солнце встало!
Одевайся и вставай!
Сбрось пораньше одеяло!
Не ленись и не зевай!..

**2-й ребёнок:**
Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.

Раз, два, шире шаг,
Делай с нами так!

**Песня «Утренняя гимнастика»**
**Доктор Айболит:**И последний мой совет!

Лучше здорового питания нет!

**Доктор Айболит:**

Кто на праздник едет в гости?
Проходите, очень просим.
Это – овощи и фрукты,
Очень ценные продукты.
Чем ребят вы удивите,
О себе нам расскажите!

*Звучит музыка, в зал входят дети – овощи и фрукты.*

**Виноград:**
Я - красавец - Виноград,
Очень, дети, вам я рад!
Виноград бывает разный:
Чёрный, жёлтенький и красный.
Есть зелёный, крупный, мелкий.
Виноград все любят детки.
Виноградный сок полезный,
Прогоняет он болезни!

**Яблоко:**
Яблоко - чудесный фрукт.
Я расту и там и тут.
Полосатое, цветное,
сочное и наливное!
Сок мой тоже всем полезен.
Помогает от болезней!
 **Морковь:**
Всякий раз, когда едим,
О здоровье думаем:
Вам не нужен жирный крем,
Вам нужна морковка!
Для того чтоб в темноте
Не быть куриной слепоте!
Тот, кто много ест морковки,
Станет сильным, крепким, ловким.

**Лук:**
А кто любит, дети, лук –
Вырастает быстро вдруг.

**Капуста:**
Кто капусту очень любит,
Тот всегда здоровым будет.

**Доктор Айболит:**
Чтоб здоровым быть,
Учтите вы заранее,
Что всем необходимо
Полезное питание.

И помните об этом,
Идя по магазинам.
Не сладости ищите –
Ищите витамины.

**Доктор Айболит:**

Желаю вам я настроенья

Здоровья, счастья и веселья.

Мои рецепты соблюдайте

Их никогда не забывайте.

Улыбки вам я всем дарю,

За знанья вас благодарю.

**1-й ребенок:**
Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать.
Как здоровым стать.

**2-й ребенок:**
В мире нет рецепта лучше,
Будь со спортом неразлучен.
Проживешь сто лет,
Вот и весь секрет.

**3-й ребенок:**
Приучай себя к порядку,
Делай каждый день зарядку,
Смейся веселей,
Будешь здоровей.

**4-й ребенок:**
Физкультурой занимайся,
Чтоб здоровье сохранить,
И от лени постарайся
Побыстрее убежать.

**Доктор Айболит:**
Ребята! Нет богатства краше,
Чем крепкое здоровье наше.
На радость всем, и папе с мамой,
Растите, дети, крепышами!!