**Здоровье дарит Айболит**

**праздник**

**Задачи:**

1. Дать детям представление о простейшей природе простудных заболеваний;
2. Способствовать становлению у детей здорового образа жизни; занятия спортом очень полезны для здоровья;
3. Воспитывать доброе отношение к докторам.

**Ход:**

Дети идут по кругу выполняя разминку (ходьба, бег, прыжки), затем делятся на две команды.

Ведущий: Мы живём в стране большой,

 Щедрой и богатой,

 И не жалко ничего

 Ей для вас, ребята.

 Стадионы новые

 Дарит вам она,

 Чтобы вы здоровыми

 Выросли, друзья!

 Чтобы каждый стал сильней,

 Чтобы каждый стал смелее.

 И хорошими делами

 Помогал стране своей!

Ребенок: Мы выходим на площадку,

 Начинается зарядка:

 Шаг на месте – два вперед,

 А потом наоборот.

 (выполняются упражнения).

Ребенок: Зарядка всем полезна,

 Зарядка всем нужна,

 От лени и болезней

 Спасает нас она!

Ведущий: Вы слышите, кто-то летит? Да к нам на праздник обещал прилететь на орле доктор Айболит. Это наверное он (стук в дверь) входит Айболит.

Айболит: Ох, ребята! Я ели-ели успел на ваш праздник.

 По полям, по леса, по лугам я бежал

 И два только слова шептал:

 - Детский сад, детский сад, детский сад!

 Вдруг горы встают у меня на пути,

 И я по горам начинаю ползти.

 А горы все выше, а горы все круче,

 А горы уходят под самые тучи!

 И сейчас же с высокой скалы

 Спустились ко мне орлы:

 - Садитесь, Айболит, верхом,

 Мы живо тебя довезём!

 И вот я здесь!

Айболит: У вас ангина?

Дети: Нет!

Айболит: Простуда и бронхит?

Дети: Нет! Нет! Нет!

Айболит: Ох, какие вы здоровые дети!

 (подходит, осматривает детей).

 Все веселые, улыбчивые

 Нет болезней никаких.

 Да, осмотром я доволен

 Здоровы, действительно здоровы!

 Можно начинать состязания.

Айболит: Есть у меня одна игра, чтоб проверить вашу силу.

 (перетягивание каната). Молодцы! Я доволен вами.

Ведущий: Айболит, а дети и загадки умеют отгадывать.

Айболит: Он и круглый, он и гладкий,

 Очень ловко скачет

 Что же это?

Дети: Мячик!

Ведущий: А теперь давайте проведем соревнования с мячом.

 (передача мяча над головой и между ног).

 Молодцы!

Айболит: Чтобы быть здоровым,

 Вам лениться не годится!

 Помните, ребята!

 Даже звери, даже птицы

 Делают зарядку.

Ведущий: Как?

Айболит: А вот так!

 (проводится игра – упражнение «У всех своя зарядка»).

Айболит: Раз – присядка, два – прыжок,

 И опять – присядка,

 А потом опять – прыжок

 Заячья зарядка

 Покажите, как?

 (дети выполняют).

Айболит: Птичка скачет, словно пляшет,

 Птичка крылышками машет

 И взлетает без оглядки –

 Это Птичника зарядка

 Так сумеет.

 (дети выполняют).

Айболит: А щенята, как проснутся

 Обязательно зевнут,

 Ловко хвостиком махнут.

 Как?

 (дети по – разному выполняют).

Айболит: А котята спинки выгнут

 И неслышно с места прыгнут

 Перед тем, как прогуляться,

 Начинают умываться

 Как?

 (дети показывают).

Айболит: Ну, а мишка косолапый

 Широко разводит лапы:

 То – одну, то – обе вместе,

 А когда зарядки мало,

 Начинает все сначала.

 Как?

 (дети показывают).

Айболит: Белки скачут очень быстро,

 Машут хвостиком пушистым

 Целый час играют в прядки

 Это – беличья зарядка

 Так сумеете?

 (дети имитируют движение белки).

1 ребенок: Мы зарядкой заниматься

 Начинаем по утрам,

 Чтобы реже обращаться

 За советом к докторам.

2 ребенок: Раз, два – шире шаг,

 Делай с нами так!

 Раз, два – не зевай,

 С нами повторяй!

3 ребенок: Не надо бояться, что будут смеяться,

 Зарядку свою не бросай никогда

 Лишь тот, кто не плачет, добьётся удачи,

 Ничто не дается легко, без труда.

Айболит: А сейчас ребята я задам один вопрос.

 Почему так говорят:

 «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

Ответы детей: (без воздуха человек не сможет дышать, без солнца мы тоже не сможем жить, оно греет нашу землю и дает свет, вода – без воды мы умрём, человеку необходима вода в организме и мы будем чумазые, у нас будут микробы).

Айболит: Дайте рецепт тем, кто часто болеет, как быть здоровыми?

(закаляться, гулять на свежем воздухе, одеваться по погоде, соблюдать режим дня, делать зарядку, заниматься спортом, есть лук, чеснок, витамины).

 Ну что ещё поиграем.

Дети: Да.

 (проводятся игры, соревнования).

 «С кочки на кочку»

 «Веревочка!».

 П/И «Два мороза».

Айболит: Молодцы, ребята!

 Вы мне очень понравились, показали хорошую физическую подготовку, знаете, что нужно делать, чтобы быть здоровым.

 Ну, теперь мне пора, но я вас хочу угостить витаминами и вручить вам вот такие медали.

 До свидания!