

## Сценарий проведения «Дня здоровья» для детей старшего дошкольного возраста

*Подготовила инструктор по ФК Д.А.Таузова*

Цель: закреплять представление о здоровом образе жизни (занятия физкультурой и спортом, соблюдение правил личной гигиены, польза витаминов).

Оборудование: султанчики по количеству детей, один малый обруч, игрушечная собака, конверт с письмом, две куклы с длинными волосами, два бантика.

Ход праздника.

*Под мелодию песни «Ну-ка солнце ярче брызни», в зал входят дети с султанчиками в руках, выполняют перестроения и садятся на стульчики. В центр зала выходят чтецы.*

Стихотворения.

1 ребенок: Мне пока что мало лет,  
Но открою вам секрет.  
Знаю я, как стать сильней,  
Всех знакомых и друзей!

2 ребенок: Я окошко распахну,  
Ветра свежего вдохну  
Эй, приятель, не ленись,  
На зарядку становись!

3 ребенок: Чтоб с болезнями не знаться,  
Закаляться надо нам.  
Мы привыкли заниматься  
Физкультурой по утрам!

4 ребенок: Надо, надо закаляться,  
И привычку завести.  
Умываться, не бояться,  
Чтоб здоровыми расти.

Ведущий: Это всем понять пора,  
В добрый час

Все вместе: ФИЗКУЛЬТ – УРА!

Ведущий: дети, сегодня мы собрались с вами, чтобы посмотреть, какие вы стали сильные, ловкие и дружные.

*(Раздается стук в дверь, входит медведь)*

Ведущий: здравствуй Мишка! Ты пришел к нам в гости? А почему ты такой грустный?

Медведь: Я немного толстоват, я немного косолап.

Поверьте мне, ребята, в этом я не виноват.

Ведущий: А скажи, Мишутка, нам – чем ты занят по утрам?

Медведь: Я, ребята, долго сплю, до полудня я храплю!

Ведущий: Расскажи нам по порядку, как ты делаешь зарядку?

Физкультурой занимаешься? Водой обливаешься?

Медведь: Нет. Зарядку–то, ребята, я не делал никогда.

Закаляться? Что вы, братцы, ведь холодная вода!

Может, средство есть такое, чтобы ловким, сильным стать,

От других не отставать?

Ведущий: Есть такое средство! Есть! Надо меньше мёда есть!  
Утром долго не валяться, физкультурой заниматься!

Ребенок: Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми,  
Ежедневно по утрам мы зарядку делаем.

Ребенок: Чтоб простуды не бояться, душ холодный принимай.  
И полезны нам всегда солнце, воздух и вода!

Медведь: Ой, ой, ой! Мне не суметь! Я же все-таки медведь!

Ведущий: Ничего не бойся, Мишка! Ты ж медведь, а не зайчишка!  
Рядом с нами ты вставай, все за нами повторяй!

*Дети перестраиваются в три колонны и под веселую музыку вместе с медведем выполняют комплекс ритмической гимнастики с султанчиками (комплекс прилагается). Затем, дети обходят зал в колонне по одному и кладут султанчики в отведенное для них место. Садятся на стульчики.*

Ведущий: Молодцы, ребята! И ты Мишутка, молодец! Все у тебя получается! А теперь послушай, что еще нужно, чтобы быть здоровым!

Отгадайте загадку:

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

Ведущий: молодцы, а кто знает стихотворение про гребешок?  
«Про гребешок»

Хоть с тобой я ссорюсь часто, гребешок зубастый, здравствуй!

Без тебя нельзя сестричкам заплести свои косички.

Без тебя пришлось бы брату целый день ходить лохматым.

Гребешок, ты дружишь с куклой, по головке гладишь круглой,

Не боясь ни слез, ни стонов, волос к волосу кладешь...

А причёсанный ребенок удивительно хорош!

Ведущий: а хочешь, Мишутка, с нами поиграть?

Медведь: Конечно, хочу!

Ведущий:

«Есть у нас одна игра только для мальчишек:

Бантик кукле завязать, чтоб красивым вышел.

Ну-ка, мальчики, идите, в руки ленточки возьмите.

По сигналу «Раз, два, три» не зевай, вперед беги!»

*Проводится игра «Завяжи кукле бантик». Мальчики по желанию выходят и завязывают кукле бант.*

Ведущий: А вот еще одна загадка:

Говорит дорожка, два вышитых конца:

- Помойся хоть немножко, чернила смой с лица,

А то испачкаешь меня! (*полотенце*)

Ведущий: Ребята, а вы знаете, как часто надо мыть руки? Ас чем вы моете руки? Почему с мылом? Зачем нужны мочалки? Молодцы, ребята! А кто знает стихотворения про полотенце и мыло?

«Про полотенце»

Полотенце с бахромой и с волнистою каймой,

Теплое, лохматое, как зебра полосатое,

Целый день готов купаться,

Чтобы снова вытираться!

«Про мыло»

Вот мыло нам хороший друг, терпеть не может грязных рук.

На грязь оно рассердится, в руках оно завертится,  
Запенится вода.

От страха грязь бледнеть начнет и полетит и побежит,  
Исчезнет без следа.

А руки станут чистыми. Душистыми, душистыми!

**Ведущий:** молодцы ребята! И стихи вы рассказали, и на все вопросы правильно ответили!

Ну а сами то вы любите умываться? Сейчас проверим!

Есть у меня одна игра, вам понравится она.

Вам вопрос хочу задать. Ваше дело - отвечать.

Если вы со мной согласны, отвечайте хором, братцы:

«Это я, это я, это все мои друзья».

А если вы со мной не согласны, то нужно промолчать в ответ. Вам ясно?

Отвечайте хором, вмиг, кто здесь самый баловник?

- Я спрошу сейчас у всех, кто здесь любит песню, смех?

- Кто привык у вас к порядку, утром делает зарядку?

- Кто из вас, скажите братцы, забывает умываться?

- И еще один вопрос: кто себе не моет нос?

Все загадки отгадали, в игру весело играли.

Мне осталось лишь узнать: а вы любите плясать?

Ну, тогда, друзья, спешите, друг за другом становитесь.

Начинается у нас развеселый перепляс!

*Танец «Гусеницы». Дети под музыку, продвигаясь вперед повторяют все движения за ведущим. После танца садятся на стульчики.*

*Затем из домика раздается собачий лай. Ведущий достает игрушку собачки и представляет ее детям.*

Ведущий: дети, а это собачка по кличке Шампунька. Посмотрите, у нее в руках конверт, давайте посмотрим, что в нем? Да здесь ещё загадки и Шампунька хочет, чтобы мы их отгадали.

Костяная спинка, на брюшке щетинка. (*Щетка*)

Для чего нужна щетка?

Белый, белый порошок, между зубками скок-скок.

Заблестели зубки, покраснелись губки. (*Зубной порошок*)

Ведущий: Ребята, что нужно делать каждый день, чтобы сохранить зубы здоровыми?

Дети: чистить зубы ежедневно. Полоскать рот после еды. Меньше есть сладкого. Больше есть овощей и фруктов.

Ведущий: Мишутка, ты запомнил, что нужно делать, чтобы быть всегда здоровым?

Медведь: Да, запомнил. Чтобы быть всегда здоровым надо заниматься физкультурой, мыть руки с мылом, фрукты и овощи мыть перед едой, регулярно ходить к зубному врачу, каждый день умываться и чистить зубы.

Ведущий: молодец, Мишутка, все правильно запомнил!

Медведь: Спасибо, ребята! Я пойду к себе в лес и научу этому других медвежат! До свиданья!

Дети: До свидания!

Ведущий: А теперь, ребята, я хочу посмотреть, какие вы быстрые и ловкие! Сейчас мы с вами поиграем в игру «Ловля оленей». Пастуха мы выберем считалкой.

Считалка.

«Гордый, северный олень  
Бродит в тундре целый день.  
Но на нарты нам не сесть,  
Так что ты останься здесь!»

*Проводится игра «Ловля оленей». Дети бегают по кругу, охотники за кругом. По команде «Раз, два, три, лови!» олени убегают, а пастухи ловят их, накидывая на них сверху обруч. После игры дети садятся на стулья.*

Ведущий: Отгадайте еще одну загадку: «Кто в дни болезней всех полезней?» (доктор)  
*Раздается стук в дверь. Заходит Айболит, в руках коробка*

Ведущий: Кто это ребята? Вы его узнали

Дети: Да. Это доктор Айболит.

*Айболит здороваётся с детьми*

Айболит: Я пришёл посмотреть, какие вы сильные и здоровые и хочу дать вам советы:

Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,

Чтоб прогнать усталость, лень,

Ешьте витамины каждый день!

Рано утром не ленись, на зарядку становись!

Помогают нам всегда солнце, воздух и вода!

Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

У меня для вас подарок. Это яблоки, вы их съедите за обедом. Только не забудьте помыть перед едой руки и фрукты! А теперь

До свиданья, детвора! Всем привет! Физкульт-ура!

Дети: Ура! Ура! Ура!

Ведущий: вот какое хороший доктор Айболит! Спасибо ему! Мы обязательно будем выполнять все его советы: каждый день заниматься физкультурой, мыть руки с мылом, каждый день умываться и чистить зубы, принимать витамины и болеть не будем!

Договорились ребята?

На этом наш праздник заканчивается, и вы сейчас пойдете в группу кушать витаминные яблоки от доктора Айболита!

*Дети под песню «Закаляйся, если хочешь быть здоров» выходят из зала.*

## Литература

1. Давыдова М. А. Спортивные мероприятия для дошкольников: 4-7 лет. – М.: ВАКО, 2007. – 304 с. – (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
2. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2010. – 208 с.