

Сценарий «День здоровья в детском саду»

Ход мероприятия

Под музыку дети входят в зал, строятся.

Ведущая: здравствуйте, ребята! Сегодня в нашем детском саду проходит праздник «День здоровья».

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно,
Только надо знать,
Как здоровым стать?

Ведущая: Как здоровым стать? Что такое здоровье?

(Ответы детей)

Ведущая: Да, здоровье - это когда человек сильный, крепкий и никогда ничем не болеет. Но для этого он должен заниматься спортом, закаляться, есть фрукты и овощи.

Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!
Приучай себя к порядку,
Делай по утрам зарядку.
Смейся веселей,
Будешь здоровей.
У нас все по порядку!
Ну-ка, стройся на зарядку!

Дети выполняют под музыку ритмическую гимнастику.

Кукутики «Веселая зарядка»

Ведущая:

Спорт, ребята, очень нужен
Мы со спортом крепко дружим.
Спорт - помощник, спорт - здоровье, спорт - игра, физкульт-ура! (все)

Неожиданно появляется Простуда.

Простуда: Ой, я так спешила, бежала. А на зарядку опоздала.

Ведущий: Ребятки, вы знаете, кто к нам пришёл?

Дети: Нет.

Простуда: Как не знаете? Я противная простуда и пришла я к вам оттуда.

(показывает на окно, начинает громко чихать и кашлять)

Простуда: Всех я кашлем заражу, всех я чихом награжу.

Ведущий: А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда!

Будем мы всегда здоровы!
Закаляться мы готовы
И зарядку выполнять,
Бегать, прыгать и скакать.

Простуда: Как подую я на вас, как закашляю сейчас, Всех болезнью заражу и микробами награжу.

Ведущий: Ничего, Простуда, у тебя не получится. Видишь, наши детки каждый день занимаются физкультурой. Ребята, а что вы еще делаете, чтобы быть здоровыми?

Ответы детей.

Простуда: Неужели у меня не получится никого заразить?

Ведущий: Не получится. Ребята давайте докажем простуде, что мы знаем, как быть здоровыми и что мы не хотим болеть.

Простуда: Ну что же, я проверю ваши умения, а кто ничего не умеет того я кашлем награжу (кашляет и чихает).

Команды строятся в две колонны. Назначаются капитаны команд и начинаются эстафеты.

Эстафета «Градусник»

2 стула , 2 градусника.

Эстафета: «Витаминки»

Корзина с шарами .

Молодцы, ребята, справились с заданием вредной простуды.

Простуда: Ну, подумаешь, я бы тоже так смогла, а вот в мою игру поиграйте? Называется ДА или НЕТ?

Игра «Да и нет»

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться,

Надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать?

Если хочешь сильным быть,
Со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать?
Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов -
Будешь сильным и красивым?

Каша - вкусная еда.
Это нам полезно?

Лук зеленый иногда
Нам полезен, дети?

В луже грязная вода
Нам полезна иногда?

Щи - отличная еда.
Это нам полезно?

Мухоморный суп всегда...
Это нам полезно?

Фрукты - просто красота!
Это нам полезно?

Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки?

Съесть мешок большой конфет
Это вредно дети?
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!

А раз полезная еда -
Будем мы здоровы?

И с этим заданием мы прекрасно справились. А еще простуда, дети знают все о вредных и полезных продуктах. И сейчас тебе это докажут.

Эстафета «Полезные и вредные продукты»

А еще есть одно правило ЗОЖ, чтобы микробы не попали на твою одежду нужно держать ее в чистоте и порядке. Следить за ней.

Простуда: А что за ней следить, она никуда не денется. Одел на себя и носи 100 лет.

Вед.: одежду нужно стирать, чтоб ни один микроб не пробрался на нее. И сейчас ребята тебе покажут, как нужно дружить с мылом и водой.

Эстафета «Стирка»

2 тазика, веревка, платочки, прищепки.

Еще одно правило, чтобы не заболеть, нужно закаляться.

Простуда:

Закаляться страшно очень, ведь холодная вода!

Ведущий: а вот наши дети не боятся холодной воды!

Эстафета «Будем закаляться»

2 ведра, колодцы.

Простуда: ой, мне плохо.... Противные детишки. Ишь, закаляться они вздумали.

Ведущий: если у тебя хорошее настроение, ты всегда весел и добр, то никакая простуда тебя не одолеет.

Музыкальная игра «Мартышки»

Ведущий: и последнее правило для укрепления здоровья – это конечно же физкультура. Ребята в детском саду занимаются спортом, поэтому никакая простуда им не страшна.

Эстафета «Полоса препятствий»

Конусы, дуга, мяч.

Простуда: ишь какие все сильные, ловкие! А я таю, таю, убегаю, делать мне тут больше нечего! Простуда убегает и кидает коробку с чипсами. Вот вам подарочек от меня.

Ведущий с ребятами колдует и превращает чипсы в витамины.