*Дети входят в зал с флажками, шагают под марш, друг за другом, образуя круг.*

1 *Ведущий*: Сегодня у нас, ребята, праздник- «День здоровья».

Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким?

*Отвечают*: Нужно делать зарядку, принимать витамины, чистить зубы, закаляться.

2 *Ведущий*: Правильно, ребята.

Вместе с солнышком проснись,

На зарядку становись,

Будем бегать и шагать

И здоровье укреплять.

Звучит марш. Упражнение с флажками.

*Неожиданно появляется «Простуда» ( воспитатель или помощник воспитателя)*

*Простуда:* Ой, я так спешила, бежала,

А на зарядку опоздала.

1 *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.

2 *Ведущий*: А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда.

Будем мы всегда здоровы!

Закаляться мы готовы

И зарядку выполнять,

Бегать, прыгать и скакать.

*Звучит марш.*

*1.Дети шагают.*

*2. Бегут на носочках.*

*3. Прыгают на двух ногах.*

*4. Бегут на носочках.*

1 *Ведущий*: Мы бежали, мы бежали

И немножечко устали.

Мы присядем, отдохнём, ( *приседает с детьми, отдыхает присев)*

И опять шагать начнём.

( *Упражнение повторяется)*

2 *Ведущий*: Ничего « Простуда» у тебя не получается.

Видишь, наши детки как занимаются физкультурой.

И болеть они не хотят.

*Простуда:* Я как подую на вас,

Как зачихаю сейчас,

Всех болезнью заражу

И микробами награжу.

1 *Ведущий*: Мы зарядку делали;

Прыгали и бегали.

Стали мы умелыми,

Сильными и смелыми.

Вставайте детки, мы покажем « Простуде» какие мы умелые,

сильные и смелые.

*Пальчиковая игра «Пирожки»:*

Раз, два, три, четыре,

Ловко тесто замесили.

Раскатали мы кружочки,

И слепили пирожочки.

Пирожки с начинкой,

Сладкою малинкой.

Из печи достали,

Угощать всех стали.

*Простуда:* Не хочу я пирожков! (*топает ногами*)

Не хочу я вас, дружков.

А хочу вас заразить,

И микробами наградить.

Будете в кроватках лежать

И лекарство принимать.

2 *Ведущий*: Ничего у тебя не получится.

Мы будем петь и плясать.

Ручки, ножки тренировать.

Выходите, детки, будем зайчиками, будем делать « зайкину зарядку».

*Выполняется «Заячья зарядка»*

2 *Ведущий*: А теперь посмотри, «Простуда», кто сильнее? Ты, или наши ребята?

*Игра-упражнение «Кто ловкий?» (дети проходят по гимнастической скамейке, спрыгивают, затем пролазают в воротики).*

*Простуда:* Ну и что, я тоже так умею. (*пробегает по доске, пытается пролезть в воротики, не получается).*

1 *Ведущий*: Ребята, давайте прогоним простуду.

Ручками захлопаем, ножками затопаем.

Скажем вместе: раз, два, три,

Ты , простуда, уходи!!! («*Простуда» убегает)*

*Входит Доктор Айболит.*

*Доктор Айболит:* Здравствуйте, ребятки!

Доктора вызывали?

Я Доктор Айболит.

У кого чего болит?

2 *Ведущий*: Здравствуй, Доктор Айболит!

Ничего у нас не болит.

Мы делали зарядку и к нам примчалась «Простуда».

Хотела наших деток заразить, чтобы они заболели, чтоб у них

поднялась температура, начался кашель, насморк.

Но наши дети всегда делают зарядку, принимают витамины, пьют соки.

*Доктор Айболит:* Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезни

Спасает нас она!

И куда же делась эта «Простуда»?

2 *Ведущий*: А мы её прогнали. Правда, ребятки?

*Дети:*  Да.

*Доктор Айболит:* Вы ребятки молодцы! Вы простуду победили и здоровье сберегли, потому что ели кашку, пили соки, гуляли на солнышке, делали зарядку, занимались физкультурой. И за это Айболит вас витаминами угостит. Подставляйте ладошки, получайте витаминку. Будьте всегда здоровы!

*Дети фотографируются с Доктором Айболитом. Затем прощаются.*