*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.*