**День Здоровья**

Подготовила воспитатель: Такшаитова Эльмира Талгатовна

МАДОУ «Детскай сад №20» г. Энгельса

**Ведущий:** Ребята, сегодня у нас особенный день мы с вами собрались в зале на праздник **« День Здоровья**».

**Если хочешь быть здоров!**

**Малыш, ты хочешь быть здоров,  
Не пить плохих таблеток,  
Забыть уколы докторов,  
И капли из пипеток?**

**Чтобы носом не сопеть,  
И не кашлять сильно,  
Обливайся каждый день,  
Лей весьма обильно.**

**Чтоб в учебе преуспеть,  
И была смекалка,  
Всем ребятушкам нужна  
Водная закалка.  
 *(Т. Семисынова)***

**Улыбкой светлой,  
Дружным парадом  
День Здоровья начать нам надо.  
Давайте все дружно крикнем  
Дню Здоровью Ура! Ура! Ура!**

-Ребята, кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) .- Да, вы правы , это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов, содержащих в овощах и фруктах и много ещё полезных продуктов. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

**Ведущий**:  
  Нам здесь некогда скучать  
Пора разминку начинать  
В круг все вместе становитесь,  
Дружно за руки беритесь  
 Ритмический танец.

**Ведущий**: А теперь , ребятки, отгадайте-ка загадки

Не зевайте, дружно вместе отвечайте:

**1**. Болеть мне некогда друзья  
В футбол, хоккей играю я  
И очень я собою горд  
Что дарит мне здоровье….( спорт)

**2**. То вприпрыжку, то вприсядку  
Дети делают…(зарядку)

**3**. На льду я вычертил восьмерку-  
Поставил тренер мне пятерку.  
Что это за вид спорта?.... (фигурное катание)

**4**. «Длинная, не палка, быстрая, не галка,  
С ней так весело скакать. Что это?» (скакалка)

**Ведущий:** Молодцы ребята! А какие еще виды спорта вы знаете? Назовите? ( ответы детей).

**Игра «Карлики и великаны»**

(Дети стоят свободно по залу.    Ведущий если скажет карлики, все должны присесть на корточки и вытянуть руки вперед; если скажет великаны, все должны подняться на носки и вытянуть обе руки вверх.)

**Ведущий :**Не надо бояться, что будут смеяться,  
Зарядку свою не бросай никогда!  
Лишь тот, кто не плачет, добьется удачи, легко, без труда!  
 Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,  
 От лени и болезней спасает всех она!

**Ведущий**:  
 Начинаем эстафету, вместо палочки – конфета.  
 Ее вместе понесем, вокруг стойки обойдем,  
 А затем назад бегом, ее команде мы вернем!

**1 эстафета :«С конфетой»**

**2 эстафета: «Передай мяч»**(дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой или прокатывают по полу между ног)

**3 эстафеты: «Мачеха и Золушка»**  (В каждой команде первый ребенок – Мачеха, берет корзину с мячиками (кубики), бежит до ориентира и высыпает мячики (кубики), а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – Золушке. Он должен добежать до ориентира, собрать мячики(кубики) и вернуться к команде).

**4 эстафета «Бюро находок»**  (со всех участников команды снимается по одному «башмаку» и кладется в кучу у ориентира. По очереди каждый участник команды должен сбегать за соей обувью. Победит та команда , которая быстрее обуется)

**Ведущий**: Обе команды хорошо играли,  
И сразу все здоровые стали.

А теперь ребятки послушайте пословицы и поговорки о здоровье, спорте, полезной еде и витаминах.  
-Где здоровье - там и красота  
-Кто любит спорт, тот здоров и бодр.  
-Двигайся больше - проживешь дольше.  
-Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.  
-Кто встал до дня, тот днем здоров.  
**Ведущий:  
Чтобы быть всегда здоровым,**  
Нужно бегать и скакать.  
Больше спортом заниматься,  
И здоровым не скучать.

**Игра «Мяч по кругу»   
(**дети младшей или средней группы встают в круг и под музыку передают друг другу мяч, музыка останавливается и у кого в руке мяч называет полезные для здоровья фрукт или овощ**).**

**Ведущий:**Молодцы ребята!

**Медсестра детского сада**:  
 Вот за праздник ваш веселый  
 Я вас всех благодарю!  
 И подарок витаминный  
 На здоровье вам дарю! (яблоки)

**Ведущий**:   
Праздник завершать пора  
- Крикнем празднику**: Ура! Ура! Ура!.**

Литература

1.paers.ru/documents/russkie-poslovicy-i-pogovorki-o-sporte-i-zdorove-dlya-deteу  
2. [www.zanimatika.narod.ru](http://www.zanimatika.narod.ru)  
3. [www.tvoyrebenok.ru/stihi-pro-zarjadku.shtml](http://www.tvoyrebenok.ru/stihi-pro-zarjadku.shtml)   
4.методические основы физкультурно-оздоровительной деятельности Колосова Е.В.,2014