**Сценарий дня здоровья для детей МАДОУ д/с №119**

**(группа №1 с НОДА, младшая разновозрастная группа №3)**

**«День здоровья с Карлсоном»**

**Цель.** Формирование представления детей о пользе здорового питания, занятий спортом и значимости здорового образа жизни.
- Расширение познавательных интересов детей, обогащение словарного запаса детей.
- Создание атмосферы радости, веселья и праздничного настроения.

**Утро:**

Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым и умелым,

И веселым целый день!

У нас все по распорядку!

Ну-ка, стройся на зарядку!

**Пальчиковую игру «С добрым утром!»**

С добрым утром, глазки! (Поглаживаем веки глаз)
Вы проснулись? («Смотрим в бинокль»)
С добрым утром, ушки! (Поглаживаем ушки)
Вы проснулись? (Прикладываем ладони к ушам)
С добрым утром, ручки! (Поглаживаем кисти рук)
Вы проснулись? (Хлопаем в ладоши)
С добрым утром, ножки! (Поглаживаем ноги)
Вы проснулись? (Притопываем)
С добрым утром, солнце! (Руки раскрыть навстречу солнцу)
Я проснулась! (Голову слегка запрокинуть, широко улыбнуться.)

(Исполняется танец «Зверобика» (муз. Б. Савельева, сл. А. Хайта и О. Левенбука).

**Ход развлечения:**

1*.*Под музыку *«Марш» В. Шаинского»*, дети выходят на спортивную площадку.

  **Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на замечательный весёлый и радостный праздник - День здоровья. Улыбкой светлой, дружным парадом день здоровья начать нам надо, давайте все дружно крикнем: «Дню здоровья - «Ура! Ура! Ура!»

Ребята, скажите, пожалуйста, что значит «быть здоровым»? Да, вы правы, это значит: не болеть, заниматься спортом, закаляться…, а ещё не сидеть на месте и чаще двигаться. Ребята, а нравится ли вам играть в подвижные игры? Да – а-а-а…, тогда давайте мы все вместе поиграем, подвигаемся, а ещё лучше - потанцуем!

*(Под звуки мелодии «Чунга-чанга»)*

**Ведущий:**: Ребята, здесь, надеюсь, все здоровы?
Дети: Здоровы!
**Ведущий:** Зубы чистите всегда?
Дети: Да!
**Ведущий:** А мочалка и вода с вами часто дружат?
Дети: Да!
**Ведущий:** Знать хочу ещё ответ, а неряхи есть тут?
Дети: Нет!

***Вбегает Карлсон. Он держится за сердце, за поясницу, охает, садится на пол.***

**Ведущий:** Карлсон, что с тобой, ты заболел? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.

**Карлсон.**

Опоздал! Я так спешил, торопился и... заболел.

Я немного толстоват,

Я немного скромноват,

Но поверьте мне, ребята,

В этом я не виноват.

**Ведущий:**

А скажи-ка, Карлсон,

Чем ты занят по утрам?

**Карлсон.**

Я, ребята, долго сплю,

До полудня я храплю.

**Ведущий:**

Расскажи, но по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водою обливаешься?

**Карлсон.**

Нет! Зарядки-то, ребята,

Я не делал никогда!

Закаляться?

Страшно, братцы:

Ведь холодная вода!

**Ведущий**. Кажется, я знаю, чем вылечить Карлсона. Нужно дать ему варенья.

**Карлсон**. И побольше!

**Карлсон** (ест ложкой варенье). Ой! Полегче стало!

**Ведущий.** Ну что ж, продолжим лечение?

*Ведущий дает большую конфету. Карлсон вскакивает, прыгает, пытается ее достать.*

**Ведущий.** Карлсон, как ты хорошо прыгаешь. А нас сегодня ждут веселые игры, эстафеты и соревнования. И мы приглашаем тебя к нам на праздник. Согласись, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и веселым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле — здоровый дух».(обратить внимание на пословицы)
Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом. Например, такие: «Здоровье дороже золота» или «Здоровье ни за какие деньги не купишь».

**Ведущий.** Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным? (Дети. Овощи, фрукты). Понятно Карлсон!

(Карлсон играет с детьми младшей группы в игру на быстроту **«Свари борщ», «Свари компот»).**

**Карлсон.** Теперь я понял, я буду стараться правильно питаться, чтобы быть здоровым.

Ведущий. Ребята, а что надо еще делать, чтобы быть здоровым?

(спортом заниматься)

**Игры – эстафеты:**

**Ведущий.** Сейчас мы разделимся на команды и проведем соревнования.

1. **«Веселый платочек».**

(Условия: Дети в командах становятся парами лицом друг к другу берут платок за уголки на середину платка кладут мячик и несут вместе, обходят куб и бегут обратно передавать эстафету другой паре.)

2 **«Мачеха и Золушка»**

В каждой команде первый ребёнок – «Мачеха» - берёт корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передаёт корзину следующему игроку – «Золушке». Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде

3. **«Сквозь игольное ушко»** Участник бежит, продевает через себя обруч, добегает до ориентира, обегает его, добегает до команды и передаёт эстафету.

**Карлсон.** - А сейчас мы отдохнем и сделаем гимнастику для ума.

Я проверю знаете ли вы, что полезно, а что вредно для вашего здоровья?

**Игры с Карлсоном:**

  **«Что полезно, а что вредно?»**

1 -Чистить зубы по утрам и вечерам?

2 - Кушать чипсы и пить газировку?

3 - Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета?

4 -Гулять на свежем воздухе?

5 -Объедаться конфетами  и мороженным?

6 -Гулять без шапки под дождем?

7 -Делать по утрам зарядку?

8 -Закаляться?

9-Поздно ложиться спать?

10-Кушать овощи и фрукты?

Ну что ж гимнастику для ума сделали, хотите еще поиграть?

**Игры с Карлсоном.**

**"Кенгуру"**

Игроки делятся на две команды и выстраиваются за чертой. Игрокам вручаются мячи, которые они зажимают между ног. По сигналу "кенгуру" прыжками  движется к кеглям, установленным на расстоянии 5 метров, огибает их с правой стороны, возвращается за линию старта, передаёт мяч следующему участнику. Если мяч выкатился, участник должен его поймать и снова продолжать прыжки.

**Игра - эстафета «Чья команда быстрее».**

(Условия: Дети по двое с платком в руках прыгают на обеих ногах из обруча в обруч оббегают куб, затем бегут быстро назад передают платок другому участнику)

**«Кто быстрее соберется у обруча?» (Играют по очереди.) Или**«**Собраться вокруг своего воспитателя»**

**Карлсон**.  Вот настал момент прощания. Всем спасибо за внимание, за задор и звонкий смех, обеспечивший успех. В мире нет рецепта лучше: Будь со спортом не разлучен .

Заключительная песня «Большой хоровод» (*муз. Савельева Б., сл. Жигалкина Л.и Хайт А.)*