

МБДОУ «Новоалександровский детский сад»

Сценарий дня здоровья в средней группе  
«Чистота - залог здоровья»

Подготовила: Сердюкова А.В.  
воспитатель средней группы

## День здоровья: «Чистота - залог здоровья»

Цели: формировать у детей здоровый образ жизни; в игровой форме развивать ловкость, быстроту, силу; формировать навыки сотрудничества детей друг с другом.

Пособия и материалы: Таз, мыло, мочалка, полотенце, расческа, скакалка, прищепки, мяч.

### Ход праздника

**Ведущий.** Ребята! Сегодня мы проводим день здоровья. А чтобы быть здоровыми, с чего надо начинать каждое утро?

**Дети.** С зарядки!

**Даша:** Чтоб расти нам сильными,  
Ловкими и смелыми,  
Ежедневно по утрам  
Мы зарядку делаем.  
К солнцу руки поднимаем,  
Дружно, весело шагаем,  
Приседаем и встаем.  
И ничуть не устаем!

### Танец «У всех воя зарядка»

**Лева:** Кто из вас, ребята знает,  
Что закалке помогает  
И полезно нам всегда?  
Солнце, воздух и вода!

*Вбегают девочка чумазая под музыку “Какой чудесный день!”*

**Девочка Чумазая.** Услышала шум, думаю, дай посмотрю, что случилось?  
Ой, как вас много. Вы чего тут собрались?

**Ведущая.** Ах, ты девочка Чумазая  
Где ты руки так измазала?  
Черные ладошки,  
На локтях дорожки (оглядывает ее).

**Девочка чумазая.** Я на солнышке лежала,  
Руки кверху держала-  
Вот они и загорели.

**Ведущая.** Ах, ты девочка Чумазая  
Где лицо ты так измазала?  
Кончик носа черный будто закопченный.

**Девочка чумазая.** Я на солнышке лежала,  
Носик кверху я держала-  
Вот он и загорел.

**Ведущая.** Ой, ли так ли?  
Так ли дело было?  
Отмоем все до капли.

А дети мне помогут.  
Что нужно для этого?

*Дети отвечают.*

*Ведущая вызывает детей помочь привести девочку чумазию в порядок.*

*Ставит таз с водой, мыло, мочалку, полотенце, расческу.*

*Дети начинают мыть девочке руки.*

**Девочка чумазая** сопротивляется, кричит:

Не трогайте ладошки,

Они не будут белые –

Они же загорелые.

А ладошки то отмылись!

Это была грязь. (Удивляется)

*Дети приводят девочку в порядок, расчесывают, заплетают.*

*Звучит мелодичная музыка входит Айболит.*

**Айболит.** Здравствуйте ребята, мне пришло сообщение, что в вашем детском саду срочно нужна помощь. Кому из вас нужна помощь. Сейчас проверю, есть ли у вас температура! Где мои волшебные градусники?

**Предлагает поиграть в игру «Измерь температуру».**

**Айболит.** Так, температуры у вас нет. Но, кому же нужна помощь?

*Айболит идет, осматривает детей, девочка чумазая боится, прячется.*

А это тебе нужна помощь!

**Девочка чумазая.** Нет, нет. Я вот, меня вот. Дети научили, что нечистым, трубочистам стыд и срам! Стыд и срам!

**Айболит.** Сейчас проверим, знают ли дети туалетные принадлежности!

**Предлагает поиграть в игру «Собираюсь в баню».**

**Айболит.** Молодцы! Все правильно собрали.

**Предлагает поиграть в игру «Постирай платок».**

**Айболит.** Молодцы ребята. А загадки вы умеете отгадывать (загадывает загадки).

1. Стекло волшебное такое:

Я был один, а стало двое.

(Зеркало)

2. Хожу – брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.

(Расческа)

3. В руки все меня берут

И усердно тело трут.

Как приятно растереться!

Я, ребята, ...

(Полотенце)

4. Каждый день купается

Много-много раз.

Щиплется, кусается-

Не откроешь глаз.

(Мыло)

**Айболит:** Ребята, а вы знаете, какие продукты называются полезными?

*Дети называют.*

**Айболит:** Предлагаю поиграть в игру «Овощи и фрукты»

**Игра «Собери овощи и фрукты».**

**Ведущая.** Посмотрите, ребята, какие у меня бусы. (Показывает бусы) Наш позвоночник тоже похож на бусы. Позвонки как бусинки, нанизаны один на другой. Скажите, что будет, если мы сильно дернем бусы? Да, веревочка лопнет, и все бусинки рассыплются. Вот так и наш позвоночник не любит резких движений, ударов, толчков. От них он тоже может повредиться. Поэтому все упражнения для позвоночника рекомендуется выполнять спокойно, без резких движений. Самые гибкие люди на земле – это йоги.

**Игра «Собери бусы».**

**Ведущая.** А сейчас у нас пройдут соревнования йогов.

1. «Замок» Сцепить за спиной руки в замок
2. «Колечко» Из и.п. стоя на коленях, максимально отклониться назад
3. «Рыбка» Из и.п. стоя на коленях опустить плечи на пол.
4. «Уточка» Лежа на животе согнуть ноги в коленях, стараться коснуться носками ног затылка.
5. «Кораблик» Лежа на животе руками взяться за стопы, потянуться вверх.
6. «Мостик» На полу стопы и кисти
7. «Книжка» Из и.п. Сидя на полу руками тянуться к носкам ног, головой коснуться коленей.
8. «Улитка» Лежа на спине, прямые ноги поднять, завести за голову и коснуться

**Ведущая.** Ребята, а давайте поиграем с нашими гостями в игру «Салют соперникам».

**Игра «Салют соперникам» (из воздушных шариков).**

**Ведущая.** Наступила пора нам прощаться, друзья. Желаем быть всем крепкими и здоровыми.

**Айболит:**

На прощание скажу.

Чтоб расти и закаляться

Надо спортом заниматься,

Витамины с грядки есть

Чтобы вовсе не болеть.

**Девочка чумазая:** Это главная еда. Угощайся, детвора! (*угощает фруктами*)

