

ПРАЗДНИК ЗДОРОВЬЯ

-Внимание, внимание! Мы начинаем праздник юности и красоты...

-Оптимизма и хорошего настроения...

-Успеха и победы...

-Мы начинаем праздник здоровья!

-О здоровом смысле жизни

Обсудить вопрос должны мы.

Как прожить нам много лет?

Как достичь больших побед?

Стать веселым и успешным,

И красивым быть, конечно!

Не брюзжать, не унывать,

Перед трудностью не пасовать!

Не бояться сквозняков,

Позабыть про докторов!

Есть один простой рецепт:

Здоровью – да!

Болезням – нет!

Выбегает на сцену бабуля, в руках шарф, пакет с булками, спрашивает у ведущих:

Бабуля: Ой, ребятки, вы моего внучка не видели?

Ведущие: Бабушка, кто он ваш внучек? Может он в зале или на сцене!

Бабуля: Нет! Эти ребятки стройные и сильные. И осанка у них не буквой «зю», и улыбаются довольно. И позавтракали, видно, с утра нормально: кашка с молочком или сырочек с кефирчиком! А те кто в зале, ну, вон, в первом ряду, поди, и отлично учатся, пятерки домой носят на радость маме и папе, да и бабушке, разумеется!

Ведущие: Конечно же! У нас в зале все такие!

Бабуля: Зовут его, конечно ж, Вова.

Его осанку вам легко узнать:

Он как тюфяк! А что ж такого?

Когда мальчишка любит очень спать.

На сцену выходит упитанный Вовочка:

Вовочка: Бабуля! Я заблудился! Я проголодался! Я заболел! Я сейчас чихну! Апчхи! Я завтра в школу не пойду! (Садится на стул, чихает, изображает больного. Рядом бегают бабуля)

Звучит песня о Вовочке.

Бабуля: Ему с утра пеку я булки,

Мой Вовик любит сдобу пожевать.

Пяточек съест и на прогулку,

И может целых пять минут гулять!

Три свитерка, два полушубка,

А то замерзнет, будет горевать!

Ведущие поют частушки:

1. Я болела постоянно.

ОРВИ да ОРЗ!

Только закаляться стала,

Спать могу на сквозняке!

2. У меня всегда ангина -

Была самый лучший друг!

Стала кушать витамины,

И теперь пою я тут!

3. Я от лени начинала

Уставать еще с утра.

А в походе лень устала –

Я домой одна пошла!

4. Ночью я смотрела фильмы,

Утром встать, хоть под расстрел!

Папа телик отключил мне,

А теперь бужу я всех!

5. В голове трещало часто

От компьютерной игры.

Запретила игры мама,

Треска нет и головы!

6. Ой, скажу вам по секрету:

Прикурил я сигарету!

В голове такой бардак!

Нет! Куренье – жизни враг!

7 (вместе): Всем, друзья, даём совет мы:

Всякой лени «нет!» сказать,

Кашу есть и быстро бегать,

И к здоровью путь держать!

Бабуля: У нас всегда закрыты окна –

А вдруг ворвется в дом сквозняк?!

А от него чихнет мой Вова! Да-да-да!

А простывать не может он никак!

Бабуля достает платок, вытирает слезы от жалости к внуку.

Выходит Айболит и спрашивает бабулю:

Айболит: И часто он у вас болеет?

Бабуля: Через день да каждый день!

Айболит: От хандры и всех болезней

Скажите, что друзья, полезней?!

Ведущие: Свежий воздух, бег, движение

Вам поднимут настроенье!

Звучит фонограмма песни «А когда помрешь...»

Айболит: Как проснулся так вставай –

Лени воли не давай.

Утром делай по порядку

Физкультурную зарядку.

Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,

Надо это повторить.(2 раза)

Айболит: Подружись ты с чистотой –

Руки мой перед едой.

Зубы лучше щеткой три –

И снаружи и внутри.

Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,

Надо это повторить.(2 раза)

Айболит: Свежий воздух не вредит:

Человека он бодрит.

Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья!

Ведущие все вместе: Чтобы это не забыть,

Надо это повторить.(2 раза)

Бабуля: Ой, это в песне все легко и просто «как проснулся, так вставай; делай зарядку...». А на самом деле – попробуй, пробегги, кувыркнись! Ещё руки-ноги поломаешь! Сиди, внучек, не вставай!

Вовочка: Я бы в футбол поиграл или с ленточкой побегал!

Бабуля: Касатик! Какая тебе ленточка! Она у тебя вокруг талии не сойдется!

Айболит: Эх, бабуля! Так и останется ваш Вовочка неповоротливым тюфяком! Вы только посмотрите, как хорошо двигаются наши спортсмены.

Звучит песня «Гимнастика», дети выполняют движения.

Ведущие: Ну, как, вам понравилось выступление наших спортсменов?

Вовочка: Мне очень понравилось! Но они профессионалы! Им повезло! А что делать простым ребятам? Они разве так смогут сделать?!

Бабуля: И не говори, внучек!

Айболит: Дело вовсе не в везении,

А в закалке и терпении.

Пусть они тебе покажут,

Пропоят или расскажут,

Как же можно ловким стать,

Чтоб быстрее всех бежать,

Быть сильнее и смелее,

Быть активней, веселее!

Ведущие: Вовочка, ты готов пойти с нами по тропе здоровья?

Вовочка: Куда я должен идти?

Ведущие: Как куда, к здоровью! Понятно! Ты ещё не готов! А чтобы ещё раз показать вам, что движение и искусство – это прекрасно, посмотрите танец, который приготовили наши ребята.

Танец.

Вовочка, вдохновленный выступлением ребят, старается повторять за ними движения.

Вовочка: Все, бабуля! Я для себя решил: начинаю другую жизнь с завтрашнего дня!

Буду рано я вставать,

Кровать свою убирать!

Зарядку делать на балконе,

Побегу трусцой я в школу.

Позабуду про пирожные,

Чипсы с гамбургером тоже.

Сяду завтра на диету,

И в поход отправлюсь летом.

Запишусь на бокс, на теннис,

И, конечно, похудею!

Бабуля: Батюшки, пропал внучок!

Вовочка: Это я пропасть бы мог.

Только вовремя ребята

Показали мне, как надо

Жить, чтоб бодрым быть, здоровым,

ЗОЖ раскрыли мне основы!

Ведущие: Бабуля, не печальтесь! Пусть Вовочка начнет вести здоровый образ жизни и Вы увидите, он всё будет успевать, забудет про болезни, станет стройным и ловким, да и учеба пойдет на лад. Правильно, ребята?

Звучит заключительная песня (фонограмма «Песенка военных корреспондентов»)

Любят все на свете,

Взрослые и дети,

С нами свое время проводить,

С нами интересно,
С нами так чудесно!
С нами веселей на свете жить!
Припев: Будьте все здоровы!
Мы всегда готовы
Радовать движением друзей.
Чудные мгновенья,
Море настроенья!
На душе становится светлей!
Мы враги болезней,
Всех микстур полезней,
Если с нами дружишь каждый день.
Дарим телу сладость,
Мышечную радость,
Прогоняем мы печаль и лень.
Припев:
Год идет за годом.
Плавным хороводом
Время над планетою кружит.
В этом хороводе
Мы друзей находим,
Спорт не будет никогда забыт!
Припев:
Ведущие: Подходит к концу наша встреча, ребята,
Но праздник здоровья не знает границ.
А что о здоровье заботиться надо,
Мы вам показали, покажет и жизнь!
Улыбка красивая, стройность фигуры,
Успешность учебы зависит от нас.
К нам хвори, печали дорогу забудут,
Ведь наше здоровье в надежных руках!