«**День Здоровья»**

 **развлечение для всех групп детского сада**

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник День Здоровья.

Улыбкой светлой,

Дружным парадом

День Здоровья начать нам надо.

Давайте все дружно крикнем

Дню Здоровью Ура! Ура! Ура!

- Кто скажет, что значит «быть здоровым?». (ответы детей) Да, вы правы , это значит не болеть, заниматься спортом и закаляться, есть побольше витаминов и полезные продукты. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

***Неожиданно в зал вбегают «Ох» в валенках и шапке и «Ах» в спортивной форме.***

**Ох**: Ох, как я устал! Ох, какой я больной! Ох, как мне холодно!

**Ах**: Ах, как хорошо! Ах, я, кажется, попал на праздник! Ах, как будет весело!

**Ведущий**: Кто вы? Как вас зовут?

**Ах**: Я –Ах!

**Ох:** Я – О-ох! ***Хватается за спину***Ох, как болит!

**Ведущий**: Вот оно что! Вы Ох и Ах. Пришли к нам из мультфильма.

**Ах**: Ах, как хорошо!

**Ох**: Ох, я ударился! У меня бок болит!

***Ох падает, Ах пытается поднять его за ногу, потом тащит за руку****.*

**Ах**: Да ты сядь, посмотри на детей, может и научишься как стать сильным и закаленным.  ***Ох садится****.*

**Ах**: Послушай, Ох, что ты так закутался? Шапка, шарф. Ты почему не закаляешься?

**Ох**: Ох, простужусь!

**Ах:** А ну, снимай шапку и становись с ребятами на весёлую зарядку!

***Проводится весёлая зарядка под музыку***

**Ах:** Ничего у тебя не получается.

***Ведущий обращается к Оху*:**

Не надо бояться, что будут смеяться,

Зарядку свою не бросай никогда!

Лишь тот, кто не плачет, добьется удачи, легко, без труда!

**Ах:** Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,

       От лени и болезней спасает всех она!

**Ох:** Ладно, ладно буду стараться!

**Ах:** Ребята отгадаете загадки? Я начну, а вы кончайте. Дружно хором отвечайте.

 Чтоб здоровым, чистым быть

 Нужно руки … (с мылом мыть)

 Здоровье в порядке

 Спасибо… (зарядке)

 Ежедневно закаляйся.

 Водой холодной… (обливайся)

 Не болеет только тот,

 Кто здоров и любит (спорт)

 Защититься от ангины

 Нам помогут (витамины)

**Ох:** Какие молодцы ребята.

**Ведущий**: Ребята, а давайте поиграем с Ахом и Охом !

***игра «Передай мяч»***

Дети встают в круг, под музыку передают мяч друг другу, как музыка останавливается, тот у кого оказался мяч называет полезный продукт, фрукт или овощ.

**Ах:** Ребята, молодцы, все полезные продукты назвали и наверняка знаете, что все фрукты и овощи нужно хорошенько мыть перед едой?

**Ох:** Зачем их мыть, потер об штанину и ешь скорей, я всегда так делаю.

**Ведущий:** Ребята , как вы думаете Ох прав? Нет конечно, на фруктах и овощах могут быть микробы от которых мы можем заболеть.

***Под музыку «Бяки-буки» появляются микробы***

1. Говорят мы бяки-буки

Чтобы с нами дружно жить

Вам не надо мылить руки,

Овощи не надо мыть.

Припев:Ой-ля-ля, ой-ля-ля,

Будьте грязными всегда!

Ой-ля-ля, ой-ля-ля,

Быть грязнулей - красота!

2. Мы весёлые микробы

Очень любим пошалить.

Но попасть в животик чтобы,

Вам не надо руки мыть.

Припев: тот-же.

**Ведущий:**: Что такое? Что случилось? Это что за переполох? Неужели к нам на праздник пробрались грязь и микробы? Они могут заразить наших детей! Ребята что же нам может помочь. (Ответы детей.) Правильно вода!

А сейчас мы грязь и микробы смоем чистой водой (Смывает водой из ведра, микробы разбегаются) .

Чтоб от микробов защититься, водою с мылом нужно мыться.

И каждый день перед едой мыть фрукты-овощи водой.

***Микробы возвращаются***

**Микроб1*:*** Ой,ну зачем же вы так с нами, холодною водой сразу обливаться!

**Микроб2:** Мы хотели с вами поиграть!

***Игра «Собери микробиков»***

Микробы против команды детей. Раскидываются микробики, сделанные из поролона, дети собирают их в корзину, а микробам ничего не достается***…***

**Микроб1:** Какие вы ребята шустрые и смелые, не побоялись наших микробиков!

**Микроб2:** Ой, ну надо же, смелые! Может ещё и умные? А сможете на мои вопросы ответить?

***Игра «Это я , это я – это все мои друзья»***

Микроб читает начало фразы, если дети согласны с высказыванием, отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны, высказывают протест - хлопают в ладоши)

Кто ватагою веселой

Каждый день шагает в садик?

Кто любит маме «помогать»,

По дому мусор рассыпать?

Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?

Кто одежду «бережет»,

Под кровать ее кладет?

Кто ложиться рано спать

В ботинках грязных на кровать?

Кто привык у вас к порядку

Утром делает зарядку?

Кто из вас скажите братцы

Забывает умываться?

**Микроб2:** Ловко вы ответили на мои вопросы! Молодцы ребята!

**Микроб1:** Ну что убедился? Тут нам делать нечего, пойдём в другой детский сад!

***Микробы уходят***

**Ведущий:** Вот какие вы ребята молодцы!

***Ах обращается к Оху:***

 Ох, а ты в своей комнате убираешься, чтобы микробы не развелись?

**Ох:** Ойёёй, не могу, не умею, да и не знаю как. И что для этого нужно?

**Ах:** Что значит не знаю, не умею? Чтобы дома было чисто и приятно, нужно вовремя делать уборку. А вы ребята знаете ,что нужно для уборки?

**Ведущий:** Ребята наши всё знают! Давайте сыграем в игру.

***Игра на внимание «Что нам нужно для уборки?»***

 **Ведущий:** Хлопните в ладоши, если я назову то, что помогает людям поддерживать чистоту в доме (пылесос, мусор, веник, тряпка, пыль, вода, мусорное ведро, фантики, швабра, кастрюля…)

**Ведущий:** Вот такие предметы необходимы для уборки , понял Ох?

**Ох:** Да понял, понял. Вот сейчас побегу домой и начну уборку!

**Ах:** Подожди, подожди! Мы ведь ещё с ребятами не попрощались!

**Ох:**  Ребята, вы большие молодцы, мы видели как вы дружно играете, соревнуетесь, какие вы быстрые, ловкие, находчивые. Мы хотим вам подарить вот такую (разводят руками) большую витаминку (Показывают большую «витаминку»)

**Ведущий:** Что вы, дорогие Ах и Ох, ваша витаминка хоть и большая, но одна, на всех детей не хватит. Вы её оставьте себе, а ребятам мы подарим вот такие витаминки (раздаём детям витаминки «Ревит»)

***Ах и Ох прощаются с ребятами и уходят***

**Ведущий**: Праздник завершать пора-

        Крикнем празднику: Ура! Ура! Ура!.