**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение**

**«Детский сад № 111 г.Сочи»**

**День Здоровья**

**развлечение для всех групп детского сада**

**Ведущий:**

Здравствуйте, ребята! Сегодня праздник чистоты и здоровья. Всем известно, всем понятно, Что здоровым быть приятно! Только надо знать, Как здоровым стать. Приучай себя к порядку, Делай каждый день…

**Дети:**

Зарядку!

**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

Я начну, а вы кончайте,

Дружно вместе отвечайте:

1. Игра веселая футбол, Уже забили первый …  (гол)

2. Вот разбежался быстро кто- то

И без мяча влетел в …. (ворота)

3. В небо ласточкой вспорхнет,

Рыбкой в озеро нырнет (прыжки в  воду)

4. На льду я вычертил восьмерку-

Поставил тренер мне пятерку.

Что это за вид спорта? (фигурное катание)

5. «Длинная, не палка, быстрая, не галка,

С ней так весело скакать. Что это?» (скакалка)

6.Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.        (Мыло)

7.Светленько, чистенько, посмотришь – любенько.       (Зеркало)

8.Говорит дорожка –

Два вышитых конца:

«Помойся хоть немножко,

Чернила смой с лица.

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня».        (Полотенце)

9.Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.   (Расческа)

10. Волосистою головкой

В рот она влезает ловко

И считает зубы нам

По утрам и вечерам. *(Зубная щетка)*

*11.* Вот какой забавный случай:

Поселилась в ванной туча.

Дождик льется с потолка

Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый,

На полу не видно луж.

Все ребята любят …  *(душ).*

*12.* Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез,

Не забудет и про нос. (*Носовой платок)*

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

Вот еще одна игра,                  Если вы со мной согласны,

Вам понравится она,               Отвечайте хором, братцы

Вам вопрос хочу задать,         Это я, это я, это все мои друзья!

 Ваше дело – отвечать.             Если не согласны вы, то в ответ молчите.

1. Кто, хочу у вас узнать, любит и танцевать?

2. Отвечайте хором вмиг, кто здесь самый баловник?

3. Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

4. Кто из вас, скажите, братцы, забывает умываться?

5. Кто умеет отдыхать, бегать, прыгать и скакать?

6.Кто не чесан, не умыт и всегда подолгу спит?

7. Кто из вас, скажите прямо, любит папу, любит маму?

8. Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?

9. Кто из вас, скажите, сам чистит зубы по утрам?

10.Я спрошу сейчас у всех, кто здесь любит песню, смех?

11.Кто привык у нас к порядку, утром делает зарядку.

12.И еще один вопрос: кто себе не моет нос?

***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 ушанку. Делай со мной зарядку.

***Показывает движения*:** Раз-два! Раз-два! ***Ох неумело повторяет****.*

**Ах:** Ничего у тебя не получается, давай лучше поиграем с ребятами.

**Игра «Карлики и великаны»**

(Дети стоят возле стульчиков или свободно по залу.    Если ведущий 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 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!

**Ведущий**:  Делу- время, час –забаве.

Команда первая – направо.

Тут-вторая становись!

***Ох и Ах стоят во главе команд***. (команды по 5-6 человек)

**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 кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – Золушке. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде)

**4 эстафета «Сквозь игольное ушко»** ( Участник бежит, продевает себя через обруч, добегает до ориентира, обегает его, возвращается обратно и продевает снова через себя обруч, добегает до команды и передает эстафету).

**5 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**:       Все команды хорошо играли,

Все сразу здоровые стали.

А теперь ребятки,  загадаю я вам загадки. Слушайте внимательно и отвечайте обязательно.

1. Не обижен, а надут,  
   Его по полю ведут.  
   А ударят - нипочем,  
   Не угнаться за...  
   (Мячом)
2. Что полезно –  
   Всем известно?  
   А ответ найду легко.  
   По моей любимой чашке   
   Нарисованы ромашки,  
   Ну а в чашке - ...  
   (Молоко)
3. На снегу - две полосы,  
   Удивились две лисы.  
   Подошла одна поближе:  
   Здесь бежали чьи-то...  
   (Лыжи)
4. Кто на льду меня догонит?   
   Мы бежим вперегонки.  
   И несут меня не кони,  
   А блестящие...  
   (Коньки)
5. Мне загадку загадали:  
   Это что за чудеса?   
   Руль, седло и две педали,  
   Два блестящих колеса.  
   У загадки есть ответ –  
   Это мой...  
   (Велосипед)
6. Работает с пылом,  
   Уверенно, четко.  
   Ни грязи, ни пыли   
   Не вытерпит...  
   (Щетка)

И в жару, и в гололед  
Захочу - и дождь пойдет,  
Зашумит над головой,  
Дождь придет ко мне домой.  
(Душ)

1. Я ими платьица крою,  
   Узоры вырезаю.  
   Сама ли штопаю и шью,  
   Иль маме помогаю,  
   Для дочек, бабушек и мам  
   Хорошие помощницы.  
   Наверное, знакомы вам   
   Стальное чудо ...  
   (Ножницы)

**Ведущий**:  Мы ничуть не унываем,

                   В новую игру играем.

Мяч по кругу покатился,

А потом остановился.

Ты внимательно смотри,

Вместе с мячиком замри!

Слово нужное скажи!.

**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:

А теперь пора прощаться,

Всем желаю не хворать

Каждый твердо должен знать:

Здоровье надо сохранять

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

И всегда дружить с водой

Вот тогда все люди в мире долго-долго будут жить.

И запомните, здоровье, в магазине не купить.