**МЕТА :** сприяти здоровому способу життя учнів; розвивати уважність, спостережливість; виховувати позитивне ставлення до спорту та до предметів особистої гігієни.

**Хід проведення заходу**

**Ведуча.** Дорогі діти, я рада вас вітати на нашому святі, яке приурочене Дню здоров’я. Сьогодні ми звами нагадаємо що потрібно робити, щоб бути здоровим, адже здоров'я - найцінніше що може бути в людини.

Здоров`я ніхто не дарує,

Не можна здоров`я купити.

Здоров`я нам доля дарує,

З ним легко і радісно жити.

Так добре, коли не хворієш,

Коли усміхаєшся днині.

Тоді все на світі ти вмієш,

Тоді ти весела дитина.

Стрибаєш, співаєш, танцюєш,

Біжиш то з гори, то під гору.

І кожну синичку почуєш,

І з квіткою в полі говориш.

**1 Уч.** Усе в житті піде чудово,

Якщо будеш ти здоровим:

І духовно, і фізично

Будеш людям симпатичний.

**2 Уч.** Тож розумного навчайся,

А шкідливого цурайся!

Будь веселим і кмітливим,

Будь здоровим і щасливим!

**3 Уч.** Знаєш ти і знаю я:

Найбільше щастя – це здоров’я.

А щоб здоров’я чудове мати,

Треба про нього завжди дбати.

**СЦЕНКА «Любіть спорт»**

**Дійові особи:**

**дві дівчинки і бабуся**

***Сидять сумні дівчатка, плачуть, заходить бабуся***

**БАБУСЯ.** Дівчатка, чому такі сумні?

Захворіли ви чи ні?

Може щось у вас болить

Може душу щось ятрить? ***(перевіряє температуру торкаючись лоба, заглядає в горло)***

**1-ША ДІВЧИНКА.** Ми зі спортом не дружили,

Ми зарядку не любили.

**2-ГА ДІВЧИНКА.** Тільки спали, тільки їли

І за партою сиділи.

**БАБУСЯ.** Що ж тепер такі сумні?

Може, ви щасливі?

**ДІВЧАТКА.** (разом) Ні!

**БАБУСЯ.** То чому ж, скажіть мені?

**1-ША ДІВЧИНКА.** Ми не вмієм доганяти,

Ми не вмієм присідати.

**2-ГА ДІВЧИНКА.**  А іще, що дуже прикро,

Не навчились танцювати. ***(ридають)***

**БАБУСЯ.** Я обом допоможу,

Покажу і розкажу.

Щоби вам не червоніти,

То потрібно спорт любити.

Як люблю його і я,

Спорт – розрада це моя.

***(Запрошує всіх дітей виконувати спортивні вправи за нею)***

**БАБУСЯ.** Хлопчики й дівчатка, зробимо зарядку.

Руки в боки, вгору, вниз, 1, 2, 3 – не помились,

У долоні хлоп – хлоп,

І ногами топ – топ.

Мов годинник зробим так:

Тік – так, тік – так.

\* \* \*

**1-ША ДІВЧИНКА.** Руки всі розвели,

Підвели їх догори.

Пальчиками потрусили,

Руки знову опустили.

Опустили і присіли,

Хай рівненькі будуть спини.

Головою покрутили

Вліво – вправо, повторили.

\* \* \*

**2-ГА ДІВЧИНКА.**  Потім підемо у ліс,

Там гриби зберемо.

Нахилились, піднялись, у кошик поклали.

Ось грибочок, ще один, безліч їх збираєм.

А тепер йдемо назад, повітря вдихаєм.

\* \* \*

**БАБУСЯ.**Руки вгору підняли, повітря вдихнули.

Через рот хутчіш назад його повернули.

Вниз – угору, вгору – вниз руками змахнемо.

І гарненько всі на місце своє повернемось.

**Ведуча**. Діти, ви вважаєте, що усілякі дива трапляються тільки у казках? Виявляється, що це не так. Пригода, яку ви сьогодні побачите трапилася з учнями нашої школи, які не турбувалися про своє здоров’я і не звертали уваги на корисні поради. Можливо, хтось впізнає себе. Тож дивіться уважно…

Одного разу дуже лінива дівчинка Катруся вранці не захотіла вмиватися, розчісуватися, а зубну щітку взагалі викинула в смітник. І тут почалось…

**ЛЯЛЬКОВА ВИСТАВА**

**«Подорож до країни Невмиванії»**

**Дійові особи:**

**Катруся**

**Бруднулькин**

**Мікроби:**

**Ангінкін**

**Дифтерійкін**

**Дизентерійкін**

**Карієс**

**1 Гребінець**

**2 Гребінець**

**Мийдодір**

**Мило**

**Губка**

**Королева Зубна Щітка**

***(Вибігають з різних сторін ширми Катруся та Бруднулькин)***

**Катруся.** ***(кричить)*** Де я? Куди потрапила? Бабусю, де ти? Мені страшно, порятуй мене.

***(Хлопчик і дівчинка зіштовхуються, б’ються лобами)***

**Катруся і Бруднулькин. *(разом)*** Ти хто?

## Бруднулькин: Я Бруднулькин,

Знаменитий, неуважний,

З вулиці Вантажної.

Вранці я сорочку взяв,

Руки висунув в рукав,

Але що за плутанина?

Не рукав то, а штанина!

Замість шапки на ходу

Я надів сковороду.

Узувався –

став на п’яти рукавиці одягати.

І через це зі мною ніхто не схотів товаришувати.

От, я і втік сюди. В країну Невмиванію. Тут живеться дуже добре! Не потрібно ні вмиватись , ні купатись, ні чистити зуби. Ото життя, завжди про таке мріяв!

## Катруся: А я сама не знаю, як сюди потрапила. Образила Королеву Зубну Щітку, і ось…

**Бруднулькин:** Не журись! Знаєш як тут гарно! Їж, що заманеться, роби, що хочеш, одягайся як хочеш – ніхто не повчає. Давай розважатись. Хочеш по калюжах потанцюємо?

***(танцюють)***

**Катруся:** Ой, весело як! Та я вже втомилась! І щось їсти захотілося…

**Бруднулькин:** Їсти? Та це ж дуже просто! Що бажаєш, принесу!

**Катруся:** Солоденького хочеться.

**Бруднулькин:** Я швидко!

**Катруся:** Ой смачно! Дай ще морозива, ще тістечок!

**Бруднулькин:** Їж, скільки захочеться! Це така чарівна країна, тут всього доволі!

**Катруся:**Ой, зі мною ніби щось трапилось. Голова болить, горло теж, ковтати важко.

**Бруднулькин:** І мені теж важко. Ой-ой-ой! Живіт ніби хтось ножем ріже!

***(Мікроби кружляють навколо дітей. Нарешті діти помічають їх)***

**Катруся:** Ой, Бруднулькин! Що це за створіння?

**Бруднулькин:** Гей, хто ви такі?

**Ангінкін:** Ми мікроби. Швидкі маленькі палички, яких не бачить жодне око. Ми дуже сильні, бо можемо вбити дорослу людину.

**Дифтерійкін:** Ми дуже веселі і сміливі, бо нам нічого боятися в Країні Невмиванії. В ній – ми господарі.

**Бруднулькин:** А взагалі, ви кого-небудь боїтеся?

**Дизентерійкін:** Ми боїмося лише наших найлютіших ворогів – воду, мило, сонце, чисте повітря, зарядку, і , звичайно, Королеву Зубну Щітку.

**Ангінкін:** Ми їх просто ненавидимо! Вони наші найлютіші вороги, бо безжалісно убивають нас! А ми ж такі гарні.

**Карієс:** Погляньте, які ми симпатичні. Давайте товаришувати. Може, затанцюємо? Ми завжди рухаємось, нам не цікаво сидіти на одному місці.

**Катруся:** Даруйте, мені щось не хочеться танцювати. Все болить, все кружляє перед очима… Я краще вже посиджу.

**Бруднулькин:** Я теж.

**Ангінкін:** О, то це ж прекрасно! Якщо ви хворієте, ми ще більше радіємо. Це продовжує нам життя. Давайте знайомитись. Я Стрептокок Ангінкін – мікроб, що живе в другій порції морозива. Чому в другій? Тому, що для дитячого горла це вже забагато.

**Дифтерійкін:** А я – Дифтерійкін, мікроб страшної хвороби дифтерії. Живу у тих дітей, котрі бояться робити щеплення. А ці щеплення вбивають нас. Ми ненавидимо їх.

**Дизентерійкін:** Я – Дизентерійкін, мікроб немитих рук. Ми приносимо страшні хвороби: дизентерію, холеру. Я тихенько сиджу на немитих овочах і фруктах, на ваших руках і дуже мрію потрапити разом з їжею до вашого шлунку. А вже там виробляю свою отруту. Від цього починає боліти живіт, піднімається температура.

**Бруднулькин:** Ой-ой-ой! Як живіт болить.

**Катруся:**І горлечко болить!

**Карієс:** А зуби ще не болять? Нічого, скоро болітимуть. Я – Карієс, мікроб нечищених зубів. Ви – молодці! Не любите Зубної Щітки. А я її просто ненавиджу. Вона вбиває в роті всі мікроби, через що емаль зубів не тріскається. Бідним мікробчикам ніде жити. А в тих дітей, що не чистять зуби повно дірок в зубах.

**Дифтерійкін:** А ще ми живемо під нестриженими нігтями, на брудному волоссі, в непровітреній кімнаті. Скрізь! Всі від нас плачуть, а ми радіємо.

**Дизентерійкін:** Ну досить. Ці вже хворі. Підемо ще шукати замурзаних дітей. Прощавайте.

**Катруся:** Бруднулькин, що ж нам робити. Бабусенько, де ти? Прийди! Твоїй внучці так боляче.

**Бруднулькин.** Я знаю, що на потрібно робити!

**Катруся.** ***(Плачучи )*** Що?

**Бруднулькин.** Потрібно як найшвидше потрапити додому. А це ми зможемо зробити тільки якщо знайдемо Королеву Зубну Щітку і ти попросиш у неї вибачення.

**Катруся.** ***(Плачучи)*** То ж давай ідемо швидше.

***(Йдуть. Зустрічають Гребінців)***

**1-й гребінець:** Стій! Хто йде?

**Катруся:** Ми шукаємо Королеву Зубну Щітку.

**2-й гребінець:** Так, так! То це ти знаменита Катруся, котра образила нашу Королеву?

**Бруднулькин:** То ми вже в Королівстві Краси і Здоров’я?

**1-й гребінець:** Ви на його кордоні.

**Катруся:** То швидше пропустіть нас!

**2-й гребінець:** Е-ні! Жодна не чесана людина не повинна переступити кордон нашого Королівства.

**Бруднулькин:** Але ми хворі, нам потрібен лікар. Ми можемо померти.

**1-й гребінець:** Треба порадитись ***(радяться)*** Добре, пропустимо. Але спочатку ви повинні причесатись.

**(*гребінці починають чесати голову*)**

**Бруднулькин:** Не чіпайте мене!

**Катруся:** Ой-ой-ой! Боляче.

**1-й гребінець:** Вчені довели, що волосся живе від 2 до 4 років

**2-й гребінець:** Щоб волосся було здоровим і густим, його потрібно кожного дня розчісувати.

**1-й гребінець:** Під час розчісування волосся очищується від пилюки й бруду, краще дихає.

**2-й гребінець:** А ще раз на тиждень волосся потрібно мити теплою водою з милом.

***(Розповідаючи, гребінці заплели Катрусі коси)***

**1-й гребінець:** Ну от і все, а ви вередували.

**2-й гребінець:** Перед вами чисте джерело. Йдіть, не бійтеся.

***(Виходить Мийдодір)***

**Умивальник (*до Бруднулькина*):**

Ах, негарне, нечепурне,

Неумите поросятко!

Чорне, ніби сажотрус,

Ти на себе подивись!

В тебе за вухами клякса,

В тебе під очима вакса,

В тебе руки – гидко взятись.

То від тебе пташенята

Світ за очі подались?

Нумо, мої помічники, швидко до мене!

***(Виходять Мило та Губка)***

**Губка:** Ми Бруднулю миєм, миєм

Ми йому миєм шию.

Ти, Бруднуля, не забудь,

Чистим, чистим, чистим будь.

**Умивальник *(до Катрусі):*** Ой, дівчинко, яка ти замурзана, де так руки забруднила ти?

**Катруся:** Я на сонечку лежала,

Руки високо тримала – от вони і засмагли.

**Мило:** Ой ти дівчинко мурзатая, де ти носа забруднила так?

**Катруся:**Я на сонечку лежала,

Ніс все вище підіймала.Він теж засмаг.

**Мило:** Ми це зараз перевіримо. ***(Миють Катрусю).***

**Катруся *(кричить):*** Ой не чіпайте долоньки і носик**,** вони загоріли і не будуть білі.

**Мило:** А долоньки відмились.

**Умивальник:** І обличчя стало чистим.

**Губка:** То все був бруд.

**Умивальник:** Які гарненькі діти. Отакими ви маєте бути завжди. Пилюка і виділення вашого тіла затуляють дрібні пори вашої шкіри, від чого вона стає в’ялою і гірше захищає організм від мікробів. Брудна людина частіше хворіє. І на останок запам’ятайте такі правила:

**Губка:** Привчіть себе мити руки, обличчя, шию кожного дня: рано і ввечері перед сном.

**Мило:** Коли миєте руки – потріть щіткою кінчики пальців, аби вичистити бруд з-під нігтів.

**Губка:** Мийте ноги перед сном кожного дня.

**Мило:** Чистіть зуби ранком і ввечері.

**Губка:** Купайтеся щотижня.

**Мило:** Повернувшись з вулиці, мийте руки.

**Катруся:** Спасибі вам! У мене ніби й голова перестала боліти. Тепер я завжди, завжди вмиватимусь, чиститиму зуби. Якби тільки Королева пробачила мене.

***(Зявляється королева)***

**Королева:** Ого! Переді мною зовсім інші діти: вимиті, охайні. То чи все ви зрозуміли, дітки?

**Бруднулькин:** Все, шановна Королево! На все життя ми запам’ятаємо страшну країну Невмиваніюі чарівну країну Краси та здоров’я!

**Катруся:** Повірте нам, Королево, і покажіть нам дорогу додому.

**Королева:** Ну що ж, повірю я вам. А на прощання подарую чарівне дзеркальце. Погляньте в нього – і воно вам підкаже чи все у вас в порядку. А додому ви зможете потрапити ось через ці чарівні двері.

**Катруся.** Та які ж вони чарівні? Це звичайні двері.

**Королева.** Т – с - с ! У казці не можуть бути звичайні двері. Вони чарівні. Ну все прощавайте і пам’ятайте – завжди посміхайтесь людям.

***( Всі актори виходять в зал)***

**Ведуча.** Ну от і вся історія, дітки.Так відбулося у нас знайомство з дівчинкою Катрусею та її другом. Вони пообіцяли, що все життя виконуватимуть правила особистої гігієни і вас до цього закликають.

**Актори:**

* Будьте здоровими,

Будьте щасливими,

* Будьте розумними,

Будьте красивими!

* Хай ці слова

Торкнуться кожної дитини,

* Хай буде здоров’я з вами

Кожної днини!

* Здоров’я - це сила!
* Здоров’я – це клас!

**Разом.** Хай буде здоров’я у нас і у вас!

***(Діти виконують пісню)***

Як здоровими нам буть

І пройти щасливу путь –

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.

Не хворіти і рости,

Як нам сили зберегти –

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.

Як красивими нам буть

І хвороби всі забуть

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.

Як продукти споживать,

Щоби дужими нам стать

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.

І здоров’я зберегти,

По життю як пронести –

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.

Буть щасливими завжди,

І творити, і рости –

Вчать у школі,

вчать у школі, вчать у школі.