

МАДОУ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ДС №52 «САМОЛЕТИК»
Воспитатель: Бакулина Д.В.

ЧИСТОТА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ НАМ НУЖНА
(музыкально-спортивный праздник)

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Сегодня праздник чистоты и здоровья.
Ответьте дружно: для чего нам нужна чистота?

Дети. Чистота для здоровья нам нужна.

Ведущий. Всем известно, всем понятно, Что здоровым быть
приятно, Только надо знать, Как здоровым стать!

- Как здоровым стать?

- Что такое здоровье?

- Какие рецепты здоровья вы знаете?

Дети. 1. В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен,
Проживешь сто лет
Вот и весь секрет!

2. Приучай себя к порядку,
Делай каждый день зарядку.
Смейся веселей,
Будешь здоровей.

3. Кто с зарядкой дружит смело, Кто с утра
прогонит лень, Будет сильным и умелым, И
веселым целый день!

Ведущий. Не зевай, не ленись
На разминку становись!

Дети. Спорт, ребята, очень нужен
Мы со спортом крепко дружим. Спорт - помощник,
спорт - здоровье, Спорт - игра, физкульт-ура! (Все.)

Под музыкальное сопровождение входит Чистота.

Чистота. Добрый день, я Чистота. С вами быть хочу всегда!
Я пришла вас научить, Как здоровье сохранить. Много
грязи вокруг нас. Есть неумытые средь вас? Кто бросает
все вещицы? Кто грязнуля и боится водицы? Кто
личную гигиену не соблюдает. И беду на себя
накликает? От грязи инфекцию запросто получить

можно. Советую: с чистотою дружите, а с грязью прошу осторожно!

Грязь. Вы про грязь?

Мы тут как тут в гостях у вас.

Грязнульки дразнятся и исполняют танец.

Чистота. Вы к нам не приближайтесь и к детям не прикасайтесь!

Прогоняет грязнулек и предлагает детям одну грязнульку превратить в симпатичную девочку.

Грязнулька. Ой холодная вода!

Можно простудиться!

Не стригусь я никогда!

Не люблю я мыться!

Чистота. Ты от мыла не беги

И мочалку намочи.

Чище-ка умойся

И воды не бойся!

Ведущий. Потому что мы, ребята, Уважаем чистоту!

Ведь стоит она, ребята, У здоровья на посту!

- Исполняется песня о здоровье.

- Игра «Вылови мыло из таза с водой двумя палочками».

Раздается звук, подобный телефонному звонку; в записи - зуммер.
Чистота держит в руках телефон.

Чистота (в трубку). Алло! Алло! Слушаю вас. Привет, как я рада слышать тебя. Конечно, приезжай. Детям будет очень интересно встретиться с тобой. Ждем.

Друг звонил мне лучший мой,

Он неразлучен с чистотой.

Громко топает ногами,

Грозно машет он руками.

Слышен всем его приказ:

Мыться дочиста сейчас. Догадайтесь, дети, кто же этот блюститель чистоты, аккуратности. Верно, звонит мой самый лучший друг - Мойдодыр. Он к нам сейчас придет в гости, обещал загадки трудные готовить, проверить, все ли вы знаете о средствах личной гигиены. А вот и он.

Мойдодыр. Я Великий Умывальник,

Знаменитый Мойдодыр,

Умывальников начальник

И мочалок командир!
Чтоб здоровыми расти,
Обливаться, чистить зубы,
Закаляться и купаться,
Умываться вы должны.
Тритесь губкой и мочалкой.
Потерпите - не беда!
И чернила и варенье
Смоют мыло и вода.

Для вас, ребята, у меня есть подарки - загадки. Отгадаете?

1. Гладко, душисто,
Моеет чисто.
Нужно, чтоб у каждого было Что, ребята? (*Мыло.*)
2. Костяная спинка,
На брюшке щетинка,
По частоколу попрыгала,
Всю грязь повпитывала». (*Зубная щетка.*)
3. Белый-белый порошок
Между зубок скок-поскок.
Заблестели зубки,
Раскраснелись губки. (*Зубной порошок.*)
4. Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолков. И под каждым под зубком
Волосы рядком. (*Расческа.*)
5. Лег в карман и караулю
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утру потоки слез,
Не забуду и про нос. (*Носовой платок.*)
6. Я на ёжика похож,
А еще на свинку,
У меня на спинке
Колкая щетинка.
Если вижу я детей,
Грязных, будто свинки,
Я щетинкою своей

Им почищу спинку. (*Щетка.*)

Мойдодыр. Дорогие мои дети,
Очень, очень вас прошу,
Мойтесь чаще, мойтесь чаще,
Я грязнуль не выношу.
Не подам руки грязнулям,
Не поеду в гости к ним.
Сам я моюсь очень часто.
До свиданья, *Мойдодыр!*

Звучит подвижная музыка, вбегает Незнайка.

Незнайка. Ребята, я пришел к вам в гости!

Ведущий. Незнайка, ты пожаловал как раз вовремя. Сейчас дети и зрители будут повторять некоторые правила поведения и гигиены, а ты слушай внимательно и запоминай. Они тебе пригодятся.

Дети.

1. Прежде чем войти, надо спросить разрешения и поздороваться.
2. Надо следить за чистотой лица, рук, хорошо умываться.
3. Волосы надо содержать в порядке, аккуратно причесывать, укладывать, заплетать.
4. Обувь надо чистить каждый день.
5. Платье и костюм должны быть всегда чистыми и выглаженными.
6. Всегда нужно иметь при себе чистый носовой платок.

Ведущий. Молодцы, ребята! Правила вы знаете очень хорошо.

Незнайка. Спасибо, детишки-умнишки, Павлуши-чистуши, Юльки-чистюльки! Все запомнил по порядку. *Я* теперь буду таким же чистым, аккуратным, как и вы. До свидания!

Звучит грустная музыка. Входит укутанный клоун Бим.

Бим. Здравствуйте, друзья! Получил ваше приглашение, но так простыл, что едва с постели поднялся, а очень хотелось попасть на праздник.

У меня печальный вид:

Голова моя болит,

Я чихаю, я охрип,

Ох, наверно, это грипп!

Ведущий. А вот наши ребята почти не болеют.

Бим.: Почему?

Ребенок. Очень нравится всем нам Делать физзарядку:
Весело шагать, руки поднимать,
Приседать, бегать, танцевать.

Дети исполняют упражнение с мячами.

Ведущий: Побудь с нами, клоун Бим, многое узнаешь.
Стук в дверь, входит медсестра детского сада.

Медсестра: Здравствуйте, ребята! Я рада нашей встрече. Все здоровы? Нет? А кто Клоун Бим? А ты слышал о закаливании? Хочешь узнать, как наши ребята это делают? Расскажите, пожалуйста, ребята, Биму, как нужно закаляться, чтобы организм привык ко всем погодным условиям. *(Дети рассказывают.)* А теперь давайте все вместе покажем Биму, как делается точечный массаж, чтобы он скорее выздоровел.

Все дети выполняют точечный массаж под веселую музыку.

Бим.: Мне стало лучше, я совсем здоров!

(Выполняет акробатические упражнения.)

Медсестра: А еще наши ребята занимаются восточной дыхательной гимнастикой.

(Выполняют комплекс дыхательной гимнастики.)

Медсестра: Сейчас, дети, я вам расскажу одну историю, а помогут мне ваши любимые герои - Буратино и Мальвина Однажды Буратино и Мальвина пили чай с вареньем и печеньем...

Показ инсценировки; роли исполняют дети.

Буратино. Чай попили и поели, А теперь и отдохнем,
Поскорее спать ложитесь, Колыбельную споем!

Мальвина. Буратино, но вначале надо почистить зубы!

Буратино. Опять эта противная зубная щетка... Не буду! Не хочу чистить никакие зубы, они у меня чистые, в грязи не валялись.

Мне мои друзья говорили:

Умываться - предрассудок!

Чистить зубы - стыд и срам!

Лучше я неряхой буду,

Это нравится друзьям!

Мальвина. И напрасно. А если не будешь чистить зубы -не сможешь улыбаться!

Девочка. Как мне грустно и тревожно за своих друзей и за себя.

Буратино. А ты кто?

Девочка. Я девочка Таня! Совсем скоро у меня день рождения.

Буратино. Как здорово! Это я люблю: мороженое, пирожные. А вот она почему-то не рада?

Девочка. Да, для слез своя причина,
Ведь смеяться мы не можем,
Есть пирожные тоже!
Зубы так болят.
Как не горевать,
Слез не проливать?

Мальвина. Буратино, как тут быть? Все боятся рот
открыть: Зубы там ужасные, Желтые и
грязные!

Буратино. Ой-ой-ой! Ситуация меняется. А кто мне подскажет, как
правильно чистить зубы?

Медсестра. Что ж, давайте вместе вспомним, как правильно и чем
нужно чистить зубы (*показывает на иллюстрации*).

Девочка. Теперь нам беды не страшны,
Мыс пастою зубною так дружны. Пусть, как
цветочки в мае, Улыбки расцветают!

Исполняют песню «Улыбка», слова М. Пляцковского, музыка В. Шаинского.

Ведущий. День здоровья любят дети
Городов и деревень,
Пусть же станет в целом свете
День здоровья каждый день!
Приучи себя к порядку,
Пробуй плавать и нырять!

Бим. Научись любить зарядку
И отучишься чихать!
Надо с детства закаляться,
Чтоб здоровым быть весь год.

Медсестра. Чтобы к доктору являться,

Если только позовет.

Исполняют песню-танец

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ (музыкально-спортивный праздник)

Задачи: создать условия для обобщения элементарных валеологических знаний детей, развития умения использовать эти знания для своего оздоровления.

Участвуют две команды:

«Айболит», «Мойдодыр».

Ведущий. Сегодня, ребята, мы поговорим о здоровье. На занятиях о здоровье вы узнаете о себе, об особенностях своего организма, о том, как нужно заботиться о своем здоровье, чтобы не болеть, расти крепкими и здоровыми, как сберечь слух, зрение, как сохранить здоровые зубы, что и как нужно есть, как попасть в страну Здоровячков. В этой стране много докторов:

- Доктор Свежий воздух - он приглашает нас всегда погулять на улице и подышать свежим воздухом.
- Доктор Вода - без него засохли бы деревья, кусты, цветы.
- Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья.
- Доктор Упражнение и Доктор Красивая осанка.
- Доктор Здоровая пища.
- Доктор Отдых и доктор Любовь.

Будем дружить с ними? И они обязательно помогут нам попасть в страну Здоровячков.

Ведущий. Начинаем наш КВН. Вам понадобятся находчивость, смекалка и, конечно взаимовыручка.

Команды представляются друг другу, жюри, гостям.

Айболит: Если кто-то не здоров,
Не зовите докторов.
Всех излечит, исцелит
Команда наша -

«Айболит».

Мойдодыр: Мойте шею, руки с
мылом.

Трите щечки, нос до
дыр.

И похвалит
непрерывно

Вас за это
Мойдодыр.

Представление членов жюри.

Ведущий: Чтобы быть в хорошей
соревновательной форме, предлагаю провести
разминку.

Проводится веселая гимнастика под музыку.

Ведущий. Мы провели разминку для тела, а
теперь потренируем свой мозг и займемся
интеллектуальной деятельностью.

Для каждой команды составлено по 4 вопросов.
Чтобы дать правильный ответ, вы можете
совещаться, обсуждать всей командой и быстро
отвечать.

Вопросы для команды «Айболит».

1. В какой стороне тела находится сердце?
2. Если вам необходимо позвонить в милицию, какой номер вы наберете?
3. Какая нормальная температура для тела человека?
4. От какого овоща плачут ваши глаза?

Вопросы для команды «Мойдодыр».

1. Какого цвета кровь?
2. По какому номеру телефона мы звоним, вызывая «скорую помощь»?
3. Кто всему голова?

4. Сколько раз в день нужно чистить зубы?

Ведущий. Разминка позади, теперь можно переходить к основным заданиям. Они у нас в этой «чудесной» бочке. Итак, «Заморочки из бочки».

Заморочка 1 - игровая.

Она посвящена важным, вкусным, сочным, питательным продуктам. Вы догадались каким? Правильно – фруктам!

Команды друг за другом по очереди называют по одному фрукту.

Заморочка 2 - вкусовая.

Мы поговорили о фруктах, назвали их, но еще полезны и овощи. А теперь определите на вкус, что это (предлагают детям с закрытыми глазами попробовать ломтики (нарезка) перца, огурца, лука, капусты и др.).

Игра «Угадай на вкус»

Оздоровительная минутка.

Ведущий. Если ваши глаза устали, выполните следующие упражнения.

- Зажмурьте глаза, а потом откройте их (5 раз);
- Делайте круговые движения глазами: налево - вверх - вправо - вниз - направо - вверх - налево - вниз (10 раз);
- Вытяните вперед руку. Следите взглядом за ногтем пальца, медленно приближая его к носу, а потом медленно отводите обратно вдаль (15 раз);
- Посмотрите в окно вдаль (1 минуту).

Ведущий: Берегите свои глаза и знайте, что очень вредно:

- читать лежа;
- смотреть на яркий свет;
- смотреть близко телевизор;
- тереть глаза грязными руками.

Заморочка 3 ~ медицинская.

Ведущий. После оздоровительной минутки вас ждет заморочка 3 - *медицинская*. Окажите помощь товарищу, получившему травму (по два человека от каждой команды).

Заморочка 4 - капитанская.

Ведущий. Многие ребята очень любят угощать товарищей, что-то дарить, давать поиграть или отдавать совсем. Иногда они даже огорчаются: «Чем я с другом поделюсь?» А как вы думаете, дети, чем можно делиться, а чем нельзя? (*К примеру, можно ли давать пользоваться друзьям предметы личной гигиены?*)

Оздоровительная

минутка.

Ведущий: Уши - не только орган слуха. На ушной раковине много точек, которые невидимыми ниточками связаны со всеми нашими органами - с сердцем, почками, печенью, желудком, легкими и др.

Поэтому полезно делать самомассаж ушных раковин (*проводится самомассаж ушных раковин*).

Заморочка 5 - физкультурная.

Эстафета.

Вперед шагаем по мешочкам с камушками, обратно бег «змейкой» между мешочков.

Оздоровительная минутка.

Упражнение

«Солнышко».

Закройте глаза, вытяните руки, представьте, что у вас на ладонках лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как от лучиков солнышка, поступает тепло по всей руке. Руки успокоились, отдыхают. Теперь лучики согревают ноги. Усталость проходит, мышцы отдыхают, живот, как шарик, надувается - вдох, при выдохе расслабляется. Дыхание успокаивается. Улыбнитесь друг другу.