

# ЦВЕТOK ЗДОРОВЬЯ



## **Задачи:**

1. Сформировать представление, что большинство заболеваний носит инфекционный характер.
2. Разъяснить, что человек в силах уберечь себя от болезней.
3. Выявить основные правила здоровья.
3. Формировать познавательный интерес к окружающему миру.
4. Воспитывать желание быть здоровым, сохранять и укреплять здоровье.

## **Участники (действующие лица):**

1. Фея Здоровья
2. Ученица Маша
3. Фея Чистоты
4. Король микробов
5. Грязнуля
6. Кляксы

**Оборудование:** изображения микробов, «Цветок здоровья», Звареных яйца, 2 яблока на тарелочках ( красное и зелёное), 2 стакана с водой, помеченные полосками голубого и красного цвета, 4 чёрных помпона, корзинка с игрушечными фруктами и витаминами, спортивный инвентарь (шахматная доска, плавательные очки, ракетка, коньки, баскетбольный мяч, футбольный мяч, клюшка). 4 цветка здоровья для 3х классов и для стенда (каждое правило на отдельном лепестке цветном с кратким названием крепится на стенд, в конце собирается весь цветок). Всем классам вручаются цветы здоровья на память.

## **Музыкальное сопровождение.**

1. Маша и Медведь «Песня про следы» (выход Феи Здоровья).
2. Музыка из фильма «Пираты Карибского моря» (выход короля микробов).
3. Зарядка «Солнышко лучистое».
4. Песня «Ла-ла-ла» (выход Феи Чистоты).
5. Песня «У-и-у-а-а» (выход Грязнули).
6. Музыка «Клоунада» (передача яиц под музыку)

7. Леонтьев «Хафанана» (танец клякс, взаимодействие со зрителем)
8. Песня «Закаляйся» (в современной обработке, конец мероприятия)

### Сценарий «Цветок здоровья»

Приходит Фея здоровья под музыку.

**Ф.З.**- Здравствуйте, ребята!

**Дети.** Здравствуйте!

**Ф.З.** Я Фея здоровья! И хочу поговорить с вами о здоровье. А знаете ли вы, что слово «здравствуйте» значит, пожелание здоровья, здоровствовать, не болеть.

Давайте с вами поиграем в **игру «Здравствуйте»**. Представим, что в слове «здравствуйте» спрятаны пожелания людей. Говоря «здравствуйте», что же мы желаем друг другу? Попробуем расшифровать это слово и найти пожелания спрятанные в нём.

Например:

**З** - здоровья **Д**-доброты **Р** - радости **А**- аккуратности **В**-веселья

**С**-счастья **Т**-творчества

**В**-волшебства **У**-уверенности

**Й**- искренности **Т**-трудолюбия

**Е**-естественности.

За игрушками кто-то чихает и кашляет.

**Ф.З.** -Кто же это кашляет и чихает? Да это ученица Маша. Что с тобой случилось Маша? Ты заболела?

**М.**- Со мной приключилась большая беда. Мороженое ела помногу всегда - и вот такая картина: ко мне привязалась ангина, и кашель, и насморк меня одолели. Если б вы знали, как они надоели.

**Ф.З.** – Маша, да на тебя напали микробы. А вы, ребята, видели когда-нибудь микроба?

Не будь он таким вертлявым и малым, я бы его для вас поймала. И вы бы увидели сами микробью мордочку с усами. Узор пятнистый вдоль хребта, шесть быстрых ног и три хвоста. Таков микроб, невидимый злодей. Враг честных и простых людей.

Фея выставляет на доске изображения микробов.

**Ф.З.** – Попала наша Маша в королевство микробов. А микробов там видимо-невидимо. А вот и король микробов.

Выход короля под музыку.

**К.М.** Я – Бандит и паразит, злой невидимый правитель и микробов повелитель! Стоит нам попасть к вам в тело, мы орудуем там смело!

И от этого вам становится всё хуже и хуже. Вы заболеваете, вас трясет, колотит, начинается чихание и кашель, поднимается температура. Вот и ваша Маша попала в наше королевство.

**Ф.З.** – Ребята, а как же микробы попадают внутрь человека? Ответы детей.

**Ф.З.** – Ребята, давайте спасать Машу, поможем ей избавиться от микробов.

Посмотрите на микробов(на стенде). Вот эти микробы любят грязь.

Выход Грязнули под музыку.

**Г.** Я слышу, вы говорите о грязи? А я тут как тут! Что-то мне одной скучно стало. Посмотреть не на кого: все такие чистенькие у вас в школе! Где мои подружки Кляксы? А ну, запачкайте всех детей!

**Ф.З.** Ребята быстро убирайте и прячьте руки от подружек Грязнули.

**Игра «Кляксы».** Кляксы пытаются задеть руки детей чёрным султанчиком. Дети должны быстро убирать руки.

**Г.** Не получилось...

Ой, а вот и мой дружок. Стих про микроба (рассказывает ученик из зала).

Ребята, а как вы думаете, а руки у вас чистые? Давайте проведем небольшой опыт и проверим.

**Опыт с яйцом.** (Дети передают вареное очищенное яйцо друг другу)

Яйцо стало каким? Почему?

**Ф.З.** Как же справиться с микробами, которые любят грязь? (Ответы детей)

Конечно, нам помогут мыло и вода.

Выход Феи Чистоты под музыку.

Г. А это что за красавица?

**Ф.Ч.** Я - Фея Чистоты!

Дорогие мои дети! Я прошу вас об одном: мойте чаще ваши руки и чудесное лицо. Всё равно какой водою: кипячёной, ключевой, из реки, или из колодца. Нужно мыться непременно утром, вечером и днём – перед каждой едой, после сна и перед сном! Тритесь губкой и мочалкой, потерпите - не беда! И чернила и варенье смывают мыло и вода. Я грязнуль не выношу! В гости их не приглашу!

Ребята давайте представим, что у вас в руках мыло и повторяйте за мной.

Каждый день я мыло мою под горячей водою. И в ладонях поутру сильно, сильно мыло тру. Мойся, мыло, не ленись! Не выскользывай не злись!

**Ф.З.** –От простой воды и мыла у микробов тают силы.

**1 правило здоровья:** мыть руки с мылом.

Ребята, я знаю, что вы проводили опыт с водой: наливали воду из-под крана и кипяченую воду. Она отстоялась. Давайте посмотрим, что же получилось. А Фея Чистоты мне поможет.

Рассматривают стаканы с водой, находят отличия, делают вывод, что воду из-под крана пить нельзя, в ней живут микробы. Пить можно только кипяченую воду.

**2 правило:** пить только кипячёную воду.

Фея Чистоты уходит.

**Ф.З.** –Что-то наша Маша приуныла. У меня есть для Маши угощение. Вот это зеленое яблоко я не мыла, не успела, а вот это красное яблоко я очень тщательно помыла. Дети, как вы думаете, каким яблоком угостить Машу? Почему?

Фрукты и овощи мыть не забывайте, только чистыми их употребляйте.

**3 правило:** есть только мытые овощи и фрукты.

**Ф.З.** –Посмотрите, микробов становится все меньше. Да мы просто волшебники. У меня для Маши есть сюрприз.

Вот витамины и дары. В корзинку собраны они. И морковь, и капуста. Яблоки, лимоны – вкусно. Эти овощи и фрукты – очень важные продукты. Лук, чеснок употребляйте и здоровье укрепляйте. Ешьте, не болейте, все болезни одолеете.

В народе говорят: чеснок и лук от семи недугов. Они убивают микробов.

**4 правило:** витамины и фрукты укрепляют организм, чеснок и лук убивают микробов.

**Ф.З.** Если хочешь быть здоров, купайся, загорай и закаляйся. Прохладной водой начинай обливаться, и будут тебя все микробы бояться.

А мы с вами разучим упражнения, которые закаляют горло. Маша мне поможет. А вы ребята повторяйте за Машей.

«**Лошадка**» - цокаем языком, то громче, то тише, то быстрее, то медленнее.

«**Ворона**» - села ворона на забор, стала громко каркать. То вверх поднимет голову, то в сторону повернет.

«**Змеиный язычок**» - стараться длинным «змеиным языком» достать до подбородка.

«**Собачка**» - собачка высунула язык и часто-часто дышит.

**5 правило:** закаливание

А еще чтоб не болеть и не простужаться, зарядкой надо по утрам всем людям заниматься. Зарядка под музыку. («Солнышко лучистое»)

**6 правило:** зарядка

**Ф.З.** – Микробы спасаются бегством от тех, кто закаляется, зарядкой и спортом занимается.

**Игра «Угадай вид спорта».** Фея достаёт из корзины предмет, а ребята угадывают к какому виду спорта он относится.

**7 правило:** спорт

**Ф.З.** –Ребята, мы спасли Машу от короля микробов и его микробного войска.  
И теперь она здорова.

А я хочу проверить, хорошо ли вы запомнили, как надо бороться с микробами. Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать, надо целый день проспять?

Если хочешь сильным быть со спортом надобно дружить?

Чтоб зимою не болеть, на улице надо петь?

И от гриппа, от ангины нас спасают витамины?

Хочешь самым крепким стать сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов – Будешь сильным и красивым?

Молодцы, вы запомнили все способы борьбы с микробами.

А теперь я хочу вам подарить цветок здоровья, чтобы вы помнили о нашей встрече.

**М.** – А теперь пора прощаться. Всем желаю не хворать.

**Ф.З.** – 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.

## **Микроб**

Жил да был один микроб,  
Явный замарашка.  
У него был грязный лоб,  
И в грязи рубашка.

У него была жена -  
Серая микроба.  
Сбирала пыль она  
Для еды на пробу.

Даже дочери у них -  
Вредные бациллы -

Вызывали громкий чих  
И боялись мыла.

У микробов был свой дом  
На моей ладошке.  
Жили в нём они ладом  
С мышками и кошкой.

Но однажды в микроскоп  
Я их обнаружила.  
Долго мылом руку скрёб,  
Чтоб идти на ужин .

Стала чистой как сугроб  
Белая ладошка.  
Где теперь живёт микроб?  
Может у Серёжки?