

**Учитель начальных классов
МОУ Лицей г. Истры
Грачёва Елена
Алексеевна.**

**Сценарий праздника для
начальной школы.**

**«Здоровый образ
ЖИЗНИ»**

(Звучит музыка, выбегает мальчик.)

Мальчик.

Все Чуковского читали?

И его давно узнали...

(Звучит торжественный марш.)

Мойдодыр.

Я – Великий Умывальник!

Знаменитый Мойдодыр!

Умывальников начальник

И мочалок командир!

(Мочалка и мыло представляются.)

Я пришёл вас научить,

Как здоровье сохранить.

Получен от природы дар:

Не мяч и не воздушный шар.

Не глобус это, не арбуз...

ЗДОРОВЬЕ!

Очень хрупкий груз.

Чтоб жизнь счастливую прожить,

Здоровье нужно сохранить.

А как? Сейчас я вам скажу,

Что знаю, сам всё покажу.

Со мной пришли мои хорошие, надёжные помощники.

(Звучит музыка, под которую выходят Витамины.)

Познакомьтесь. Витамины – Воины наши добрые. Они стоят на страже нашего здоровья.

Мочалка.

Человеку нужно есть,

Чтобы встать и чтобы сесть,

Чтобы прыгать, кувыркаться,

Песни петь, дружить, смеяться.

Мыло.

Чтоб расти и развиваться,

И при этом не болеть –

Нужно правильно питаться,

С самых юных лет уметь.

Мочалка.

Витамин А. Очень полезен для зрения.

Витамин А.

Помни истину простую –

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

Мыло.

Витамин В. Способствует хорошей работе сердца.

Витамин В.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

Мочалка.

Витамин С. Укрепляет весь организм, делает человека более

Здоровым, не подверженным простудам.

Витамин С.

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Мыло.

Витамин Д. Делает наши руки и ноги крепкими.

Витамин Д.

Рыбий жир всего полезней,

Хоть противный – надо пить.

Он спасает от болезней,

Без болезней – лучше жить.

(Витамины показывают предметы, о которых говорят.)

Звучит страшная музыка.....

Мойдодыр.

Ой! Беда, беда, беда!

Кто идёт сейчас сюда?

Мочалка.

Это злые воины.

Мыло.

Враги нашего организма.

Мойдодыр.

Вижу.....

Они называются – микробы, токсины, яды.

Они вызывают отравление и даже смерть.

(Танец микробов. Подходят к мальчику.)

1-ый микроб.

Мы такие, мы такие – вредные и грязные.

2-ой микроб.

Мы микробы не простые, очень мы опасные.

Микробы (хором).

Мы – микробы.

3-ий микроб.

Хорошо бы, чтоб ты нас рукой потрогал.

(Поют на мелодию из к/ф «Бременские музыканты» и пристают к мальчику.)

Микробы. Песня.

Мы микробы, бяки-буки,

Загрязним вас без труда.

Дай мне, мальчик, свои руки.

Ой, да-да. Ой, да-да.

Привяжусь там навсегда.

Ой, да-да. Ой, да-да, о-па!

Заберёмся на одежду.

В чашку, ложку и везде.

Поболеем вместе, мальчик,

Мы объявим бой воде.

Ой, да-да. Ой, да-да.

Не нужна тебе вода.

Ой, да-да. Ой, да-да, о-па!

(Пачкают мальчика.)

Мы пойдём к тебе в кроватку.

Будем лазить здесь и там.

Ну, зачем нам душ и мыло?

Хорошо зрязнулям нам.

Трам-там-там. Трам-там-там. О-па!

Мойдодыр.

Где грязнуля? Покажите.

К умывальнику ведите.

Будем дружно отмывать

И микробов разгонять.

(Микробы цепляются за мальчика.)

1-ый микроб.

Нам самим он всем так нужен.

2-ой микроб.

Грязен он и с нами дружен.

Мойдодыр.

Я вот вас сейчас водою

И душистым мылом . . .

3-ий микроб.

Ой, быстрее убегаем.

Тают наши силы.

Мойдодыр.

Правило от Мойдодыра

Ты запомни навсегда:

«Мочалка, мыло и вода –
И от микробов нет следа!»

Витамины (хором).

Нынче к доброй медицине мы покажем путь тебе.

Витамин А.

Чтоб в руках любое дело,
Дружно спорилось, горело.

Витамин В.

Чтобы громче пелись песни,
Жить чтоб было интересней.

Витамин С.

Нужно сильным быть, здоровым.

Витамин Д.

Чтобы были вы красивы –
Принимайте витамины!

Мойдодыр.

Эти истины не новы,
Только вы ответьте мне:
Путь к загадочной стране,
Где живёт ЗДОРОВЬЕ ваше,
Все ли знают? Дружно скажем ...

(Дети хором «Да!»)

Витамин А.

В путь-дорогу собирайся.

Витамин В.

За здоровьем отправляйся.

Витамин С.

Но дорога не проста:

Из-за каждого куста

Может недруг появиться.

Витамин Д.

Вам придётся с ним сразиться.

Мальчик.

Итак, ребята, отправляемся в путешествие по дороге к Доброму Здоровью на нашем поезде.

Вагоновожатый.

Попрошу занять свои места. Поезд отправляется.

(Дети имитируют поезд).

Внимание! Внимание! Поезд делает остановку. Первая станция – «Чистюлино».

Мойдодыр.

В вашей школе я живу который год.

Откровенно вам скажу: «Славный вы народ».

Никогда у вас ребята не едят не мытых ягод.

Чистят зубы, моют уши . . .

Грязнуля.

Ой, ой, ой. Чистят зубы, моют уши... (передразнивая Мойдодыра)

Лучше ты вот их послушай.

1-ый ученик.

Жил на свете мальчик странный –

Просыпался поутру.

И бежал скорее в ванну.

Умываться. Я не вру.

Грязнуля.

Хотите – верьте, хотите – нет.

2-ой ученик.

Руки мыл зачем-то с мылом.

А лицо мочалкой тёр.

На руках все пальцы смыл он.

Щёки в дырках до сих пор.

Грязнуля.

Хотите – верьте, хотите – нет.

3-ий ученик.

Сыну мама запретила
Умываться по утрам.
Убрала подальше мыло,
Перекрыла в ванной кран.

Грязнуля.

Хотите – верьте, хотите – нет.

4-ый ученик.

Мальчик этот был упрямый,
Маму слушать не хотел.
Умывался по утрам он.
И, конечно, заболел.

Грязнуля.

Хотите – верьте, хотите – нет.

5-ый ученик.

Тут к нему позвали разных
Самых лучших докторов.
И диагноз был таков:
«Если мальчик будет грязным –
Будет он всегда здоров».

Мойдодыр.

Так ли это, дети?

Дети (хором).

Нет.

Грязнуля.

Ну, конечно, нет . . .

Ну, а я? Живу и бед не знаю:

Мыло в глаз не попадает,

Щётка дёсен не дерёт,

Губка мокрая не трёт,

Огурцы, морковь – не мою,

Приглашаю всех с собою...

Мочалка.

Не ходите, дети, с ней, не пробуйте!

Там живут одни микробы!

Загрызут и разорвут на части,

Не видать грязнулям счастья.

Грязнуля.

(Начинает плакать.)

Никто со мной не дружит.

И в гости не приходит,

Обходят моё место стороной.

Мыло.

Что ж, поможем ей, друзья?

Ведь бросать в беде нельзя!

Мойдодыр.

Нам тебя, грязнуля, жалко.

Дарим мыло и мочалку.

(Грязнуля протягивает руки Мылу и Мочалке, которые дают ей мыло, мочалку и уводят её.)

Мойдодыр.

Ребята, пока Мыло и Мочалка приводят Грязнулю в порядок, я вас попрошу ответить на мои вопросы.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши!

На неправильный совет –

Говорите: нет, нет, нет!

Постоянно нужно есть для зубов ваших

Фрукты, овощи, омлет, творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад,
Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

(Нет, нет, нет.)

Зубы вы почистили и идите спать.

Захватите булочку сладкую в кровать.

Это правильный совет?

(Нет, нет, нет.)

Мочалка.

От простой воды и мыла у микробов тают силы.

Грязнуля.

Я себя давно забыла, а теперь лицо умыла,

Да и стала вспоминать (оглядывает свой наряд)

Платье, что ли постирать?

Мыло.

В этом я помочь готова.

Постирай его скорей,

Стань опрятней и милей.

(Грязнуля уходит.)

Чистота. (Танцует танец.)

Я – Чистота.

Я пришла вас научить,
Как здоровье сохранить.
Много грязи вокруг нас.
И она в недобрый час
Принесёт нам вред, болезни,
Но я дам совет полезный.
Мой совет совсем несложный:
«С грязью будьте осторожны!»
Я спою вам песню, а вы мне подпевайте припев.
Там такие слова:
«Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить!»

Песня.

Подружись ты с чистотой,
Руки мой перед едой.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Зубы щёткой лучше три –
И снаружи и внутри.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Волосок за волоском
Расчеши ты гребешком.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Утром делай по порядку
Физкультурную зарядку.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Свежий воздух не вредит.
Человека он бодрит.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Солнце, воздух и вода –
Наши лучшие друзья.

Припев:

Чтобы это не забыть,
Надо снова повторить.

Вагоновожатый.

Попрошу занять места.
Ждёт дорога нас, друзья.

(Поезд едет дальше.)

Внимание! Следующая остановка: «Станция Лесная».

(Выходит Лесовичок.)

Лесовичок.

Здравствуйте, мои друзья!

К вам спешил сегодня я.

И корзинку приготовил.

Там загадки у меня.

Загадка 3 «А» классу:

На припёке у пеньков

Много тонких стебельков.

Каждый тонкий стебелёк

Держит алый огонёк.

Разгибаем стебельки –

Собираем огоньки. (Земляника.)

Загадка 3 «Б» классу:

В снокос – горька,

А в мороз – сладка.

Что за ягодка? (Калина.)

Загадка 3 «В» классу:

Растёт она рядом с нами,

Смотрит красными глазами.

Лесная и садовая, ягодка медовая. (Малина.)

Молодцы, ребята, вы.

Все ягодки угадали.

Но есть такие ягоды, друзья,

Которых собирать нельзя!

В каждой яд опасный есть.

Если их однажды съесть,

Можно сильно отравиться,

И придётся нам лечиться.

Какие это ягоды? (Вороний глаз, волчьи ягоды.)

А сейчас «Доскажи словечко».

3 «А» класс.

Я в красной шапочке расту,

Среди корней осиновых.

Меня узнаешь за версту.

Зовусь я ... (подосиновик)

3 «Б» класс.

Растут на опушке рыжие подружки.

А зовут их... (волнушки)

3 «В» класс.

Вдоль лесных дорожек

Много белых ножек.

В шляпках разноцветных,

Издали приметных.

Собирай, не мешкай!

Это... (сыроежки)

Много знаете грибов.

Молодцы, ребята.

Но среди грибов съедобных –

Есть и ядовитые.

Назовите-ка скорей

Все их дружно, кто быстрее?

(мухомор, бледная поганка)

Вагоновожатый.

Попрошу занять места.

Скоро отправленье.

Ждёт дорога вас, друзья,

Большие приключения.

(Поезд едет дальше.)

Внимание! Внимание!

Следующая остановка – станция «Крепышкино».

(На скамейке сидят 2 мальчика. Один – чихает, другой – кашляет.

Рядом стоит мальчик Крепыш.)

Крепыш.

Говорил я им зимой:

«Закалялись бы со мной».

Утром бег и душ бодрящий,

Как для взрослых, настоящий!

На ночь – окна открывать,

Свежим воздухом дышать.

Ноги мыть водой холодной.

И тогда микроб голодный

Вас вовек не одолеет.

Не послушались – болеют . . .

1-ый мальчик.

Поздно поняли мы, братцы,
Как полезно закаляться.

2-ой мальчик.

Кончим кашлять и чихать,
Станем душ мы принимать.

2 мальчика (хором).

Из водицы ледяной!

Крепыш.

Погодите, ой – ё – ёй!
Крепким стать нельзя мгновенно.
Закаляйтесь постепенно!

(Вбегают спортсмены.)

1-ый спортсмен.

Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейны, корт,
Зал, каток – везде мы рады.

2-ой спортсмен.

За старание в награду –
Будут кубки и рекорды,
Станут мышцы наши твёрды.

3-ий спортсмен.

Только помните:

Спортсмены, каждый день свой непременно,

Начинают с физзарядки.

4-ый спортсмен.

Не играйте с дрёмой в прятки,

Быстро сбросьте одеяло,

Встали – сна как не бывало!

(Дети-спортсмены под музыку – песня «Ешьте зелень и фрукты» - делают физзарядку.)

Вагоновожатый.

Попрошу занять места.

Станция «Здоровья» впереди видна.

(Поезд едет дальше).

Вот и конечная остановка – станция «Здоровья».

(Девочки поют частушки.)

За здоровый образ жизни

Выступали мы сейчас.

Надо быть здоровым, чистым!

Это просто высший класс!

Я под краном руки мыла,

А лицо умыть забыла.

Подошёл ко мне Трезор.

Закричал: «Какой позор!»

Поленился утром Петя

Причесаться гребешком.

Подошла к нему корова,

Причесала языком.

Не боеем больше гриппом,

Не боимся сквозняка.

Все таблетки заменяет

Нам головка чеснока.

Физкультуры упражненья

Постарайся выполнять.

Лучше будешь ты учиться,

Лучше будешь отдыхать.

Витамин А.

Человек на свет родился,

Встал на ножки и пошёл.

Витамин В.

С ветром, солнцем подружился,

Чтоб дышалось хорошо!

Витамин С.

Приучал себя к порядку,

Рано утром он вставал.

Витамин Д.

Бодро делал он зарядку,

Душ холодный принимал.

Мыло.

Он к зубным врачам, представьте,

Не боясь совсем пришёл.

Мочалка.

Он ведь чистил зубы пастой,

Чистил зубы порошком.

Вагоновожатый.

Человечек за обедом чёрный хлеб и кашу ел.

Вовсе не был привередой,

Не худел и не толстел.

Лесовичок.

Спать ложился ровно в девять.

Очень быстро засыпал.

Крепыш.

С интересом шёл учиться.

И пятёрки получал.

1-ый спортсмен.

Каждый день он бегал, прыгал.

2-ой спортсмен.

Много плавал, в мяч играл.

3-ий спортсмен.

Набирал для жизни силы.

4-ый спортсмен.

И не ныл, и не хворал.

Грязнуля.

Я – бывшая Грязнуля.

Мне стало теперь ясно,

Что чистой быть прекрасно.

Мальчики.

Что ж, бывшую Грязнулю

Мы будем звать Чистюлей.

Мойдодыр.

Мы про здоровье вам сейчас прекрасно толковали.

Расстаться нам пришла пора, и среди вас, едва ли,

Найдётся кто-то, кто не понял, что нужно следить за своим здоровьем!

А где Здоровье, там и улыбка!

(Дети поют песню «Улыбка».)