**«В гостях у Мойдодыра»**

**Ведущий 1**

Здравствуйте, ребята! Мы очень рады видеть всех вас в нашей библиотеке. Сначала я проведу экскурсию по нашей библиотеке. (Знакомство детей с библиотекой). А теперь мы с вами перейдем в читальный зал и проведем интересную беседу с играми.

**Ведущий 2**

Послушайте эти строки, назовите автора и скажите, о ком они?

Вдруг из маминой из спальни  
Кривоногий и хромой  
Выбегает умывальник  
И качает головой…(Мойдодыр)

**Ведущий 1**

А кто знает, почему его так зовут? (Ответы детей). Верно, в старину на Руси говорили, что вымыть чисто – значит оттереть до дыр всю грязь так, что человек светился. Значит, Мойдодыр очень любит чистоту и следит за тем, чтобы все дети соблюдали правила личной гигиены.

**Ведущий 2**

А зачем это нужно делать? (Ответы детей). Кто из вас может точно сказать, что вы все здоровые дети и вам не страшны разные инфекции и болезни? Вам не нужно соблюдать правила личной гигиены, закаляться, заниматься спортом?

Давайте проверим это с помощью анкеты. Если вы согласны с предложением – загните палец на руке. Договорились?

**Ведущий 1**

1. У меня часто болит горло.
2. У меня нередко бывает насморк.
3. Иногда у меня болит ухо.
4. У меня больные зубы.
5. Часто у меня болит живот.
6. Иногда у меня болит голова.
7. Иногда меня тошнит.
8. Некоторые продукты и лекарства вызывают аллергию.
9. Каждый год я болею гриппом.
10. Из-за болезней я часто пропускаю школу.

**Ведущий 2**

Поднимите руку, кто не загнул ни одного пальца? Таких совсем нет?! Кто загнул пять пальцев? Десять? Значит здоровых детей среди вас очень мало.

**Ведущий 1**

Предлагаю, отгадав загадки, вспомнить друзей Мойдодыра, отвечающих за здоровье и подружиться с ними.

Хожу – брожу не по лесам,   
А по усам и волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей. (Расческа)

Лег в карман и караулит   
Реву, плаксу и грязнулю.  
Им утрет потоки слез,  
Не забудет и про нос. (Носовой платок)

**Ведущий 2**

Два конца, два кольца –   
Посередине гвоздик. (Ножницы)

Ускользает, как живое,   
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится. (Мыло)

**Ведущий 1**

Хвостик из кости,  
А на спинке - щетинки. (Зубная щетка)

6. Чтобы долго быть зубастым,

Чистить зубы надо ……. (пастой)

Часто я в него смотрюсь,  
Перед ним кружусь, верчусь.  
Свои косы заплетаю  
И костюмчик поправляю. (Зеркало)

Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? (Полотенце)

Ребята, всем вам хорошо известны эти предметы, а умеете ли вы ими пользоваться? (Ответы детей)

**Ведущий 2**

**Я мою руки (памятка)**

1. Намочите руки.

2. Возьмите мыло.

3. Намыливайте руки с обеих сторон.

4. Намыливайте руки между пальцами.

5. Полощите руки чистой водой.

Когда же нужно мыть руки? (Ответы детей)

А все ли умеют правильно чистить зубы? Как вы это делаете? (Ответы детей)

**Ведущий 1**

**Я чищу зубы (памятка)**

1. Зубная щетка располагается вдоль линии десен. Движения зубной щетки – сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.

2. Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движения зубной щетки – снизу вверх.

3. Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движения щетки – вперед назад.

4. Кончиком щетки почистить внутреннюю сторону передних зубов круговыми движениями.

5. Не забудьте почистить язык.

**Ведущий 2**

Зубная щётка полотенце, расчёска должны быть индивидуальные и чистые. Мыть руки надо часто после прихода домой, после посещения туалета. А еще нужно вовремя подстригать ногти на руках, так как под ними скапливается грязь.

У кого-то есть плохая привычка – грызть ногти? Знайте, что если вы грызете ногти, то можете занести инфекцию в рот и испортить ногти.

Все мы знаем, что грязными руками можно занести в рот бактерии брюшного тифа, дизентерии и сальмонелл, от грязи могут появиться глисты.

**Ведущий 1**

И конечно, не забывать про волосы, которые должны красиво обрамят лицо. С 90-х годов всё чаще и чаще стали появляться вши. Головная вошь может явиться возбудителем дерматита, экземы. Вши откладывают яйца-гниды. Таким образом, они размножаются. С вшивостью (педикулёзом) нужно бороться. Надо научиться регулярно, ухаживать за своими волосами. Мыть голову 1 раз в неделю с шампунем, укладывать волосы в причёску. Предметы ухода должны быть индивидуальные.

**Ведущий 2**

Послушайте стихотворение:

Как поел, почисти зубки.  
Делай это два раза в сутки.  
Предпочти конфетам фрукты,  
Очень важные продукты!  
Помни правило такое:  
К стоматологу идем  
В год два раза на прием.  
И тогда улыбки свет  
Сохранишь на много лет.

**Ведущий 1**

А зачем нужна мочалка, если можно вымыться просто с мылом? Попробуйте рукой погладить спинку? Везде ли вам удалось достать? Кроме этого с ее помощью удаляются отжившие клетки кожи, происходит массаж.

Ребята, а теперь давайте поиграем в игру. Какие из этих утверждений неправильные? (нужно хлопнуть в ладоши один раз)

Нельзя грызть зубами грецкие орехи.

Не следует полоскать зубы после еды.

Нельзя есть сырые овощи и фрукты

**Ведущий 2**

Следует чистить зубы утром и вечером и после сладкого.

Посещай зубного врача только когда заболит зуб.

Не позволяй никому пользоваться своей зубной щеткой.

Меняй зубную щетку раз в пять лет.

Не ешь одновременно горячую и холодную пищу.

Храни щетку щетиной вверх.

Чаще ешь сладости, пей газированные напитки.

**Ведущий 1**

Но здоровым человек не может быть, не занимаясь физкультурой и спортом. Кто из вас делает зарядку по утрам? А кто занимается спортом?

**Ведущий 2**

Со здоровьем дружен спорт.  
Стадион, бассейны, корт,  
Зал, каток – везде вам рады!  
За старание в награду будут кубки и рекорды,   
Станут мышцы ваши тверды!  
Только помните: спортсмены  
Каждый день свой непременно начинают с физзарядки!  
Не играйте с дремой в прятки.  
Быстро сбросьте одеяло,   
Встали – сна как не бывало!

**Ведущий 1**

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.  
И тогда все люди в мире  
Долго-долго будут жить.  
И запомни, ведь здоровье  
В магазине не купить!

**Ведущий 2**

Питание.Увлечение конфетами и прочими сладостями несет урон зубам, может привести к аллергии. Поэтому не следует огорчаться, если родители тебе в этом отказывают. Зато увлечение овощами и фруктами обязательно. Употребление мяса, картофеля, зелёного лука, чеснока, огурцов, помидоров, разнообразные каши дадут силу и ловкость. В овощах и фруктах содержатся витамины А, В, С.

**Ведущий 1**

Есть надо 3-4 раза в день, пусть даже не обильно но регулярно. Следует знать, что есть скоро портящие продукты: молоко, кефир, сметана, торты, пирожные, варенье, колбасы. Эти продукты следует хранить в холодильнике 2-3 дня. Их нельзя брать в школу так как в течение 2-3 часов они могу испортиться и вызвать заболевание.

**Ведущий 2**

А вода? Загрязненная микробами вода может быть источником отдельных заболеваний и даже эпидемий. Недаром в народе говорят: “Чистая вода для хвори беда”. Не купайтесь в грязных водоёмах. Невольное заглатывание воды при купании может быть причиной инфекционных заболеваний.

**Ведущий 1**

А что вы знаете про закаливание?Это обливание холодной водой. Закаленные дети меньше болеют, у них укрепляется иммунитет. Для начала можно начать растирать тело полотенцем, намоченным в холодной воде. Со временем можно будет пробовать ходить босиком по снегу и даже растираться снегом. О том, как это правильно делать написано немало книг.

**Ведущий 2**

И снова давайте с вами поиграем в игру. Если мой совет хороший вы похлопайте в ладоши. На неправильный совет говорите: нет, нет, нет.

Постоянно нужно есть.  
Для зубов для ваших  
Фрукты, овощи, омлет  
Творог, простоквашу. (Хлопают в ладоши).

Зубы вы почистили   
И идёте спать.  
Захватили булочку  
Сладкую в кровать

-Нет, нет, нет.

Запомните совет полезный,  
Нельзя грызть предмет железный.  
Если мой совет хороший  
Вы похлопайте в ладоши.

**Ведущий 1**

Говорила маме Люба:  
- Я не буду чистить зубы.  
И теперь у нашей Любы  
Дырка в каждом, каждом зубе

- Каков будет ваш ответ?  
Молодчина Люба? (Нет – нет, нет)

Навсегда запомните милые друзья,  
Не почистив зубы,  
Спать идти нельзя. (Хлопают в ладоши)

Ох, не ловкая Людмила,  
На пол щетку уронила.  
С пола щетку поднимает,  
Чистить зубы продолжает.  
Молодчина Людмила? (Нет, нет, нет)

Вижу вас не обмануть, правильно вы знаете, что полезно, а что нет.

**Ведущий 2**

Закончите правильно фразу:

Чистота – залог …… (здоровья)

Здоровье в порядке – спасибо - ……(зарядке)

Если хочешь быть здоров - ……..(закаляйся)

В здоровом теле – здоровый … (дух)

Кто аккуратен, тот людям …..(приятен)

Чистота – лучшая ……..(красота)

А теперь мы посмотрим с вами мультфильм «Мойдодыр».

В гостях у Мойдодыра : сценарий / Муниципальное казенное учреждение культуры г-к Кисловодска «Централизованная библиотечная система», библиотека - филиал № 5; сост. Н.П. Кривенко. – Кисловодск, 2015. – 7 с.