**В** **гостях у Мойдодыра и королевы Чистоты.**

**Слайд 1**

**Ведущий 1**

**Слайд 2**

Здравствуйте, ребята!

Мальчишки и девчата.

Рада видеть всех я вас,

В этот день и в этот час.

**Ведущий 2**

**Слайд 3**

Сегодня на нашей встрече мы будем говорить о вашем внешнем виде, чистоте, красоте, а главное о здоровье. Здоровье - главная ценность человека. Здоровье, не купишь ни за какие деньги. А закладывается оно в детстве. И заботиться о своём здоровье в первую очередь вы должны сами. Скажите, а что нужно делать, чтобы быть здоровым? *(Ответы детей)*

**Ведущий 1**

**Слайд 4**

Чтобы быть здоровым нужно не только заниматься спортом, питаться правильно, соблюдать режим дня, но и нужно соблюдать гигиену. Что такое гигиена и зачем нужно её соблюдать? Гигиена – это наука о том, как сохранить здоровье. По древнегреческой мифологии, Гигиена – богиня здоровья. На древних изображениях её тело обвивает змея – символ мудрости и святости, чистоты. Змея защищает богиню и кусает того, кто нарушает законы Гигиены.

**Ведущий 2**

**Слайд 5**

Правила личной гигиены подразумевают то, что каждому из нас необходимо соблюдать чистоту тела: регулярно принимать душ, тщательно мыть кожу всего тела, используя специальные очищающие средства или мыло. Каждый человек обязан соблюдать  личную гигиену, то есть сам обязан следить за чистотой своего тела и одежды.

**Слайд 6**

Что такое чистым быть?

Руки чаще с мылом мыть,

Грязь убрать из-под ногтей,

Да постричь их поскорей;

Умываюсь по утрам

Да ещё по вечерам.

Чисто вымою я уши –

Будут уши лучше слушать.

Отчего блестят глаза?

С мылом умывался я.

Дружат волосы с расчёской:

Хороша моя причёска!

**Ведущий 1**

Как и у всех, у гигиены имеются помощники. Давайте угадаем кто это, отгадав загадку.  
Послушайте эти строки, и скажите, о ком они?

**Слайд 7**

Вдруг из маминой из спальни  
Кривоногий и хромой  
Выбегает умывальник  
И качает головой… (Мойдодыр) **Слайд** **8**  **(Видео 1)**

**Ведущий 2**

**Слайд 9**

А кто знает, почему его так зовут? *(Ответы детей)*

В старину говорили, что вымыть чисто – значит оттереть всю грязь, оттереть до дыр, то есть «мыть до дыр». Отсюда и пошло название «Мойдодыр». Мойдодыр очень любит чистоту. Он следит за тем, чтобы все дети были чистые, а для этого каждому необходимо соблюдать правила личной гигиены. Но на свете очень много детей, и одному ему с этим очень трудно справиться. Поэтому у Мойдодыра есть свои помощники. Угадайте, кто они?

**Ведущий 1**

**Слайд 10**

**Загадки Мойдодыра**

И сияет, и блестит,  
Никому оно не льстит,  
А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (зеркало)

Гладкое, душистое,

моет чисто, чисто! (мыло)

**Слайд 11**

Плещет теплая волна

В берега из чугуна:

Угадайте, вспомните,

Что за море в комнате? (ванная)

Мойдодыру я родня,  
Отверни-ка ты меня,  
И холодною водою  
Живо я тебя умою. (кран)

**Слайд 12**

Пройду рядком по волосам,  
Кудри я приглажу вам.   
Создам модную прическу   
Ведь не зря же я…(расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (зубная щетка)

**Слайд 13**

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Всё намокло, всё измялось –

Нет сухого уголка. (полотенце)

Ею голову все моют

Пенится и щиплет глаз

Пахнет вкусно аромат

Будешь **чистым**, как алмаз. (шампунь)

**Слайд 14**

На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру,

И коленки оттираю,

Ничего не забываю. (мочалка)

Два кольца, два конца,

По середине гвоздик. (ножницы)

**Ведущий 2**

**Слайд 15**

Ребята, я сейчас прочту вам стихотворение, а вы мне скажите, про кого это оно?

Мне, признаться, неприятно.

Что он делал? Где он был?

Как на лбу возникли пятна

Фиолетовых чернил?

Почему на брюках глина?

Почему фуражка блином

И расстегнут воротник?

Тротуар ему не нужен,

Расстегнувший воротник,

По канавам и по лужам

Он шагает напрямик.

Он портфель нести не хочет,

По земле его волочит.

Сполз ремень на левый бок,

Из штанины вырван клок.

Кто он - этот ученик? (неряха)

**Ведущий 1**

**Слайд 16**

Чтобы не быть неряхами, нужно соблюдать правила гигиены. А помощников гигиены и Мойдодыра вы только что отгадали.

Зачем нужна мочалка, если можно вымыться просто с мылом? *(Ответы детей)* С её помощью удаляются отжившие клетки кожи, происходит массаж. Во время мытья с мылом и мочалкой с кожи удаляются пыль, жир, пот, микробы. Мыть тело с мочалкой надо не реже одного раза в неделю.

**Ведущий 2**

Кожу нужно содержать в чистоте, чтобы ей легче дышалось. Здоровому ребенку желательно принимать душ или ванну каждый день. А вот мыть лицо и шею, а также уши необходимо утром и вечером.

Каждый ребёнок должен иметь личные полотенце, зубную щётку, мочалку, носовые платки. После купания надо менять нательное и пастельное бельё, ежедневно менять носки, чулки, колготки.

**Ведущий 1**

**Слайд 17**

Ребята, скажите, а как часто нужно мыть руки? (Ответы детей)

Мойте руки чаще! Большинство кишечных инфекций и даже грипп передается через руки! Руки необходимо тщательно мыть после туалета, общения с животными, перед едой,  после улицы и во всех случаях, когда руки загрязнены. Тщательно следите за своими руками. Давайте посмотрим, что будет, если не мыть руки.

**Слайд 18 (Видео 2**)

**Ведущий 2**

**Слайд 19**

Ногти должны быть чистыми и коротко подстриженными. Регулярное мытье рук и уход за ногтями защитит от многих болезней. Ни в коем случае нельзя грызть ногти, потому что под ногтями много микробов.

И бывает же на свете,

Словно выросли в лесу,

Непонятливые дети:

Ногти грязные грызут.

Не грызите ногти, дети,

Не тяните пальцы в рот.

Это правило, поверьте,

Лишь на пользу вам пойдет!

**Ведущий 1**

**Слайд 20**

Зубы будут вам благодарны, если вы станете их чистить 2 раза в день, и полоскать рот после каждого приема пищи. Так вы избавите себя от кариеса и прочих неприятностей, и от неприятного запаха.

Предупредить появление инфекции во рту поможет правильный уход за зубами. Чистить зубы следует не менее 3 минут. Ваша зубная щётка не должна быть слишком мягкой. Помните, когда почистите зубы, щёточку надо помыть, а потом поставить в стаканчик. Если увидите маленькую дырочку на зубе, сразу идите к стоматологу. Когда зуб начинают лечить своевременно, больно не будет. А ещё лучше, если вы два раза в год будете показываться врачу, даже когда зубы не болят.

**Слайд 21 (Видео 3**)

**Ведущий 2**

**Слайд 22**

**Игра «Полезно – вредно»**

Ребята, предлагаю вам игру, я буду называть вам действия, а вы дружно отвечать полезно это или вредно. *(Дети отвечают хором)*

* Читать лёжа.
* Употреблять в пищу морковь и яблоки.
* Тереть глаза грязными руками.
* Смотреть близко телевизор.
* После школы гулять на свежем воздухе.
* Мыть руки, ноги, принимать душ.
* Чистить зубы.
* Грызть ногти.
* Проветривать комнату.
* Ходить в грязной обуви или одежде.
* Кушать не мытые овощи и фрукты.
* Делать зарядку.

**Ведущий 1**

**Слайд 23**

А теперь отгадайте загадку:

Лёг в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос. *(Носовой платок)*

**Ведущий 2**

Ребята, у вас у всех есть носовой платок? Зачем он нужен? *(Ответы детей).*

Платок всегда необходим в самых разных ситуациях – пригодится при насморке, утрёт слезинки, поможет вынуть соринку из глаза. Когда вы кашляете или чихаете, изо рта вылетают микробы, необходимо платком закрыть рот и преградить им путь. Его можно приложить к ранке или вытереть руки, когда нет полотенца. Он должен быть чистым, аккуратно сложен, иначе пользоваться ими нельзя! Носовой платок всегда надо иметь при себе, и нельзя пользоваться чужим. А у кого есть с собой платок?

**Ведущий 1**

**Слайд 24**

Отгадайте ещё одну загадку, и узнаете, о чем сейчас пойдет речь:

Ношу их много лет,

Я счету им не знаю.

Не сеют, не сажают –

Сами вырастают. *(волосы).*

**Ведущий 2**

Ученые определили, что волосы живут от двух до четырех лет. За год они успевают вырасти на 12-15 см. Чтобы волосы были здоровыми и блестящими за ними надо ухаживать и ежедневно расчесывать. При расчесывании волосы очищаются от пыли и грязи. Голову нужно мыть не реже одного раз в неделю, а лучше 2 раза. Голову следует мыть теплой водой с шампунем. Так же волосы необходимо регулярно подстригать, чтобы была красивая и аккуратная прическа.

**Ведущий 1**

**Слайд 25**

В завершении встречи послушайте стихотворение – наказ.

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**

**Слайд 26**

А теперь давайте все вместе хором прочтем:

**Запомнить нужно навсегда**

**Залог здоровья - чистота!** *(дети хором читают с экрана)*

**Ведущий 1**

**Слайд 27**

Мы открыли вам секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

Ребята, я думаю, вам понравилась наша встреча, и вы будите соблюдать правила личной гигиены.

**Слайд 28**

Спасибо за внимание. До новых встреч.

В **гостях у Мойдодыра и королевы Чистоты** : сценарий/ Муниципальное казенное учреждение культуры г-к Кисловодска «Централизованная библиотечная система», библиотека - филиал № 5; сост. Л.В. Алтухова. – Кисловодск, 2022. – 7 с.