**«В гости к Замарашке».**

**Цель**- формирование первичных навыков здорового образа жизни. **Задачи**- закрепление знаний о назначении гигиенических предметов: зубной пасты и щётки, мыла, полотенца, воды, расчёски, шампуня, зеркала.; закрепление умения ходить и бегать, не обгоняя друг друга, в обход по залу. Детям предварительно сообщается, что они идут в гости к Замарашке**.**

Основная часть

«Друг за другом мы шагаем никого не обгоняем».

Следить за осанкой, работой рук и за лёгкостью шага.

«На носочках мы идём, каж –

дый день растём, растём!»

Ноги в коленях, руки в локтях не сгибать.

Следить за осанкой.

«Мы опаздываем в гости, поэтому нам нужно торопить –

ся. Следить за работой рук и за лёгкостью бега.

«Шагаем по дорожке поднима-ем ножки».

Вдох носом,

Выдох длиннее вдоха.

Воспитатель предлагает детям громко позвать Замарашку.

Дети громко зовут Замарашку, затем хлопают в ладоши.

Появляется Замарашка вся грязная, волосы не расчёсанные.

Воспитатель: Посмотрите, какая неопрятная девочка, настоящая замарашка.

 Замарашка, ты почему никогда не умываешься?

Замарашка: Я никогда не мою руки,

 Шею, уши и лицо.

 Это глупое занятье

 Не приводит ни к чему.

 Вновь запачкаются руки,

 Шея, уши и лицо.

 Так зачем же тратить силы,

 Время попусту терять!

Воспитатель: Замарашка, быть грязной девочкой очень вредно для здоровья.

Замарашка: Ничего не вредно! Я же не болею.

Выбегает вредный микроб.

Микроб: Мы, микробы страшные,

 Вредины ужасные,

 Мы любим не букашек,

 А грязных замарашек.

 Их схватим и утащим,

 Микробам отдадим!

Замарашка: Ой! У меня всё зачесалось. Ой! Заболели уши и зубы. Ой! И живот заболел. Ой! Ой боюсь! Не хочу болеть!

Воспитатель: Не бойся, Замарашка, мы тебя научим, как избавиться от микробов.

Микроб: Интересно, как вы от меня избавитесь?

1 ребёнок: Чтобы чистым быть всегда,

 Людям всем нужна вода.

2 ребёнок: Гладко, душисто, моет чисто,

 Нужно, чтоб у каждого было

 Душистое мыло.

Микроб: Для нас, самое опасное на свете –

 Мыло, полотенце и вода Только ей не умыться никогда.

 Всегда замарашкою была!

 Как в руки мыло взять не знает.

 Ха! Ха! Ха!

Воспитатель: А ты не смейся раньше времени.

Замарашка, ты согласна научиться быть чистой и здоровой?

Замарашка: Конечно, мальчики и девочки, согласна.

Воспитатель: Замарашка, всё, что мы будем делать, повторяй за нами.

Мы умеем на кроватке

Простыню разгладить гладко

И у скомканной подушки

Кулачком раздвинуть ушки.

А теперь все по порядку

Дружно делаем зарядку.

Стой-ка смирно, руки вниз,

Гнись пониже, не ленись!

Кто с зарядкой дружит смело,

Тот с утра прогонит лень,

Будит сильным и умелым

И весёлым целый день.

Воспитатель: А затем, Замарашка, все утром рано идут умываться из-под крана.

 Санитарная песня(А. Барто – М. Раухвергер)Льётся чистая водица,

 Мы умеем сами мыться!

 Вот так вот!

 Вот так вот!

 Вот так вот!

 Моем шею, моем уши,

 После вытремся посуше.

Микроб: Зарядкой занимаются,

 И чисто умываются,

 С микробами сражаются.

Ну надо же, какие зловредные детишки! Ничего у вас не получится! Ха! Ха! Ха! (убегает).

Воспитатель: Чтобы зубы были здоровыми, малыши чистят их зубной пастой и щёткой.

3 ребёнок: Чистить зубы надо часто

 Друг зубов – зубная паста.

4 ребёнок: Чистим зубы дважды в сутки,

 Чистим долго – три минутки.

5 ребёнок: Чистим щёткой вверх и вниз –

 Ну, микробы, берегись!

Дети дарят Замарашке зубную щётку и пасту.

Воспитатель: Ребята, а какие ещё помощники есть у чистоты?

6 ребёнок: Полотенце помогает,

 После душа вытирает.

7 ребёнок: Зеркало я в карман положу,

 Достану, потом на себя погляжу. Дарят Замарашке полотенце и зеркало.

Воспитатель спрашивает у детей, что нужно для того, чтобы голова всегда была чистая и аккуратная. Дети отвечают, что это шампунь и расчёска и дарят эти предметы Замарашке.

Воспитатель: Замарашка, подарки наши ты возьми, и грязь скорее ототри. А малыши вернуться в детский садик, где их ждёт много интересных дел.

Замарашка берёт подарки и уходит. А дети возвращаются в детский сад, преодолевая препятствия. Заключительная часть

Дети строятся в круг.

Воспитатель: Интересно научилась Замарашка быть чистой девочкой.

Появляется красивая, чистая девочка.

Воспитатель: Ребята, посмотрите какая красивая девочка.

 Девочка, а ты кто?

Замарашка: Это я – бывшая Замарашка, а зовут меня (имя девочки)

Появляется Микроб.

Микроб: Ну и где же Замарашка?

Воспитатель: А у нас нет теперь замарашек. У нас есть красивая девочка (имя девочки)

 В учёбе она отличница:

 Сама отмыла личико.

 Сияют чистотой ладошки.

 Отмыла также ручки, ножки.

 Да и причёска модная.

Микроб: Да, испугали вы меня,

Всего страшнее Чистота!

Боюсь её я как огня! (Микроб трясётся от страха и убегает.)

Воспитатель: Ещё к нам в гости приходи,

 Но вредные микробы с собой не приводи.

Замарашка: С водою буду я дружить

 И буду с чистотой дружить.

 Ведь чистота всего полезней,

 Защищает от болезней!

В благодарность я хочу вас угостить яблоками, которые я помыла.

Дети благодарят Замарашку, приглашают ещё в гости и уходят в группу.