Цели и задачи мероприятия:

* воспитывать эмоциональную отзывчивость к занятиям, способствующим здоровому образу жизни; командный дух; чувство ответственности за свое поведение; ответственность за самостоятельно принятые решения;
* развивать интерес к участию в коллективных мероприятиях, осознавая свою значимость; выносливость; смекалку, внимание.

Оборудование: мультимедийный проектор, таблица Шульте (электронный вариант), спортивный инвентарь, шары, листочки с режимом дня, вредные и полезные привычки на карточках.

**Ход занятия**.

Игра организована для учащихся 1-4 классов в форме командного соревнования. Дети предварительно делятся на команды по 10 – 12 человек. Каждая команда представляет на построении название, девиз, эмблему. Одна игра оценивается в 5 баллов. Оценивает жюри.

1. **Подготовительная часть.**

Игра проходит под девизом: ***«Я играю и шучу – быть здоровым я хочу».***

**Игра №1 «Пора просыпаться, здоровьем заниматься»**

Цели: -обозначить каждого ученика как значимого участника игры;

-создать условия для положительного эмоционального фона мероприятия.

Правила игры:

Все участники стоят в кругу с закрытыми глазами. Один участник, водящий, стоит в центре круга. Он касается любого игрока, который при прикосновении произносит звук, слог, короткое слово. Все открывают глаза и угадывают, чей голос слышали. Те, кто произносил звуки, становятся за круг, образуя внешнее кольцо. Когда количество человек во внутреннем и внешнем кругах совпадет, игра прекращается.

**Игра№2 «Побеждает не рвение, а хорошее настроение».**

Цели: - раскрепостить детей, снять эмоциональное напряжение;

- создать ситуацию равных возможностей участников игры.

Правила игры:

По окончании первой игры, дети стоят во внешнем и внутреннем кругу. Поворачиваются лицом к лицу, образуя пары. По сигналу водящего, участники внешнего круга показывают движения тем, кто стоит во внутреннем кругу, последние копируют увиденное. Затем наоборот. ( Закрыть левый глаз, подмигнуть правым глазом, показать «обезьянку», изобразить радость…)

**2.Основная часть.**

**Игра№3 «Если в дороге не видно ни зги, скорее включай в работу мозги».**

Цель: - развивать внимание, наблюдательность, ответственность, доверительное отношение к людям.

Правила игры: С помощью мультимедийного проектора на экран вынесена таблица Шульте. Каждый член команды проходит испытание. В зачет идет общекомандное время. (Таблица с числами от 1 до 25, периодически меняющими положение на игровом поле. Чем меньше времени было потрачено на задание, тем выше балл за конкурс.)

**Игра №4 «Все измерим мы сейчас друга своего «на глаз».**

Цель: - подчеркнуть важность хорошего зрения и глазомера;

- уважение к друзьям.

Правила игры: Дети в команде делятся на пары. Один из пары подходит к стене, мелом отмечает примерный рост своего напарника и размах рук. Второй из пары становится к отметкам и проверяет разницу своих параметров, с оставленными товарищем. Чем точнее результаты, тем выше балл.

**Игра №5 «Друг в беде. Скорей на помощь! Нужен нам полезный овощ».**

Цель: - развивать осознание необходимости правильного питания, обратить внимание на пользу овощей и фруктов.

Правила игры: В ведрах овощи и фрукты по количеству пар участников команды. Водящий загадывает загадки, а игрок, не называя вслух отгадки, бежит за ним к ведру и приносит в корзину. Если принес не то, что нужно, то напарник может исправить ошибку, принеся заданный овощ или фрукт. Если принес тот предмет, который был указан в загадке, получает 1 балл.

1.Очень вкусные плоды

И полезные они.

Много жира, витаминов

Как питательны они!

Ядра ели в шоколаде. (орех)

2.С вирусами очень крут,

Убивает всех вокруг.

Вылечит простуду рад,

Чесноку он старший брат. (лук)

3.Эти резные листочки

Лечат сердечко и почки.

Увеличивают аппетит.

Боль прогонят, где болит. (петрушка)

4.Бордовый корнеплод

Украшает огород.

Давление понижает

И кровь оздоровляет.

Салат – от ожиренья,

А сок – от воспаленья. (свекла)

5.Форма семян – будто органы тела.

Издавна знахари знали их дело.

Это – источник белка для спортсмена.

Это – лекарство для органов тела.

Лечит и печень, и почки,

Гладкими будут и щечки. (фасоль)

6.Все, кто ели, не болели,

Зубы белые блестели.

Есть варенье, сок, пюре.

Растет аптека во дворе. (яблоко)

**Игра №6 «В саду и огороде клад найдешь, если вовремя польешь»**

Цель: - воспитывать трудолюбие; развивать осознание того, что труд укрепляет мышцы, способствует воспитанию силы воли и выносливости.

Правила игры: Парный конкурс. Первый бежит к указанному месту, собирает кубики в ведро, второй – собирает их и приносит в команду, передает ведро с кубиками следующей паре. Выигрывает тот, кто закончит раньше.

**Игра №7 «Пора знать самому время точное всему».**

Цель: - напомнить детям режим дня учащегося начальной школы; развивать самостоятельность.

Правила игры: На стене, напротив каждой команды, прикреплены пункты режима дня. Нужно выбить малым мячом все пункты и собрать их в правильной последовательности. Чья команда справилась с заданием раньше и верно, та и победила в игре.

**Игра №8 «О здоровье много знаем. Что же для себя мы выбираем?»**

Цель: - воспитывать ответственность, осознание необходимости быть здоровым для достижения своих целей; уважительное отношение к окружающим людям.

Правила игры: В зал выносят воздушные шары двух цветов, в которых есть листочки с вредными и полезными привычками людей. Каждый игрок должен лопнуть шар определенного цвета. Если ребенок считает что это вредная привычка, то листочек кладет в урну, которая стоит в центре зала. А если это, по мнению ученика, полезная привычка, оставляет в команде. В конце игры команды зачитывают то, что они выбрали для себя, чтобы быть здоровыми. Количество верных ответов соответствует количеству баллов за игру.

Привычки:

1.Соблюдать режим дня.

2.Ложиться спать после 24 часов.

3.Питаться правильно.

4.Есть, сколько влезет.

5.Есть больше фруктов и овощей.

6.Долго сидеть за компьютером.

7.Трудиться, чтобы быть развитым физически.

8.Проводить большую часть суток на диване.

9.Закаляться.

10.Быть в хорошем настроении.

11. Считать себя полным господином на Земле.

12.Дарить людям добро.

**3.Заключительная часть.**

Жюри подводит итоги.

Ведущий: «Жизнь твоя – бесценный дар, как этот вот воздушный шар».

Чтобы сохранить здоровье на долгие годы, заполни свой шарик только добрыми делами и полезными привычками.