**Воспитатель:** Спиркова Лариса Николаевна

 **Занятие:** Игра-турнир: «Здоровое поколение»

**Цель:** Формирование представления о здоровье как одной из главных ценностей

человеческой жизни, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни .

**Задачи:**

1. Активизировать знания младших школьников по теме «Здоровый образ жизни»
2. Добиваться формирования у учащихся активной позиции по данной проблеме.
3. Формировать культурно-гигиенические навыки через игровую деятельность.
4. Развитие общей культуры личности учащихся, расширение кругозора.
5. Создать условия для развития коммуникативных УУД (формировать культуру общения на занятии, создать атмосферу творчества и взаимодействия).

**Оборудование:** компьютер, мультимедийный проектор, презентация, жетоны, листы ватмана, цветные карандаши, фломастеры, музыкальные фонограммы.

**Структура занятия:**

1. Организационный момент
2. Представление команд
3. I конкурс «Полезная привычка»
4. II конкурс «Здоровье»
5. III Конкурс «Кроссворд»
6. IV Музыкальная пауза
7. V Конкурс Загадки
8. IV конкурс «Движение – жизнь»
9. VII конкурс «Вредные привычки»
10. VIII Рефлексия
11. Подведение итогов

**1)Организационный момент**

*(Слайд 1)*

 Наверное, каждый из вас хочет быть сильным, бодрым, энергичным, чтобы выполнять любую работу: читать любимые книги, посещать кружки, бегать и плавать.

 Здоровый человек редко задумывается над тем, что такое здоровье. Кажется, что ты здоров, всегда будешь таким, и не стоит об этом беспокоиться. Между тем здоровье – одна из главных ценностей человеческой жизни, источник радости. Каждый с юных лет должен заботиться о своем здоровье, иметь знание о гигиене и первой медицинской помощи, не вредить своему здоровью. Плохое здоровье, болезни служат причиной отставания в росте, слабой успеваемости, плохого настроения. Не случайно на вопрос о том, что является более ценным для человека – богатство или слава, один из древнейших философов ответил, что не богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного, но богатого короля. Как вы думаете, прав ли древний философ? Почему? (ответы детей)

Приветствуем всех, кто время нашел
И в школу на праздник здоровья пришел!
Пусть зима стучит в окно,
Но в зале у нас тепло и светло!
Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь.
И набираем, естественно вес!
Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,
Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,
А с ними порядок, уют, чистота,
Эстетика. В общем, сама красота!
Здоровье свое сбережем с малых лет.
Оно нас избавит от болей и бед.

**2)Представление команд**

Команды к игре готовы? Тогда начинаем!

1 команда «Здоровыши» *(Слайд 2)*

«Мы малыши здоровыши, в игрушки не играем,

Мы любим спорт и мы сильны, и вам не проиграем!»

2 команда «Витаминки» *(Слайд 3)*

«Витамины поглощайте

И здоровью помогайте!»

Ребята! За каждое правильно выполненное задание вы будете получать жетоны.

**I конкурс** «Полезная привычка»

Перед каждой командой находится ромашка на каждом лепестке необходимо написать полезные советы для других команд, которые помогают укреплять и сохранять здоровье

**Ведущий:**Все эти советы помогут вам формированию одной, самой нужной и необходимой человеку привычки - сохранять свое здоровье.

**II конкурс «Здоровье»**

Нужно на каждую букву этого слова придумать и записать слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни. *(слайд4)*

***З***- здоровье, зарядка, закалка,

***Д***- диета, душь, диетолог,

***О*** - отдых

***Р***- режим, расческа, ракетка, рюкзачок

***В*** - вода, витамины, врач

***Е*** - еда

**III Конкурс** «Кроссворд» *(слайд 5)*

Мы знаем, что овощи и фрукты очень полезны для здоровья. В этом кроссворде спрятались названия этих полезных продуктов.*(слайд с кроссвордом -6)*

1-Голова велика, только шея тонка. (тыква)

2-Я вырос на грядке, характер мой гадкий,

 Куда не приду, всех до слез доведу. (лук)

3-Среди бахчи зеленые мячи,

 Налетела детвора – от мячей одна кора. (арбуз)

4-С виду красная, раскусишь – белая. (редиска)

5-Белый тощий корнеплод под землей растет,

 И хотя он очень горек, в пищу нам он годен.

 Все – от взрослых до ребят – с холодцом его едят. (хрен)

6-Раскололся тесный домик на две половинки,

 И посыпались в ладони бусинки – дробинки. (горох)

*(Кроссворд решают на столах, проверяют по слайду-7)*

**IV Музыкальная пауза**

Ребята исполняют частушки, выученные заранее.

1.

Мы частушек много знаем,
И хороших и плохих.
Хорошо тому послушать
Кто не знает никаких.

2.

Поленился утром Ваня
Причесаться гребешком,
Подошла к нему корова
Причесала языком.

3.

Я под краном руки мыла
А лицо умыть забыла,
Увидал меня Трезор,
Закричал: "Какой позор”.

4.

Жизнью я довольна очень,
И пою я и пляшу,
Потому что днем и ночью
Свежим воздухом дышу.

5.

Помни лозунг ты такой:
"Руки мой перед едой”
Чтобы это не забыть
Надо снова повторить.

6.

Закопченную кастрюлю
Юля чистила песком,
два часа в корыте Юлю
мыла бабушка потом.

7.

Всем знаком грязнуля Ваня,
он не любит мыться в бане,
плачет в бане он всегда:
-ой, горячая вода!

И холодной он боится,
по утрам не хочет мыться,
снова плачет он тогда:
-ой, холодная вода!

8.

Всем ребятам мы желаем
Не стареть и не болеть
Больше спортом заниматься
Чувство юмора иметь.

**V Конкурс** Загадки

1.

Утром раньше поднимайся,
прыгай, бегай, отжимайся.
Для здоровья, для порядка
Людям всем нужна …….(зарядка)

2.

Дождик теплый и густой,
Это дождик не простой:
Он из туч, без облаков
Целый день идти готов. (душ)

3.

Хочешь ты побить рекорд?
Так тебе поможет ……(спорт)

4.

Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ
Это мой …..(велосипед)

5.

Есть ребята у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих-
Что за кони у меня? (коньки)

6.

Чтоб большим спортсменом стать.
Нужно очень много знать.
И поможет здесь сноровка
И, конечно, ……..(тренировка)

7.

Силачом я стать решил, К силачу я поспешил: - Расскажите вот о чем, Как вы стали силачом? Улыбнулся он в ответ: - Очень просто. Много лет, Ежедневно, встав с постели, Поднимаю я ... (Гантели)

8.

Что полезно –

Всем известно?

А ответ найду легко.

По моей любимой чашке

Нарисованы ромашки,

Ну а в чашке - ...

*(Молоко)*

9.

 Его все гладят и купают,

А он худеет, будто тает,

Теряет форму, вид и вес

И, наконец, исчезнет весь.

Но он надежный ваш дружище,

Общаясь с ним, мы станем чище.

*(Мыло)*

10.

Говорит дорожка –

Два вышитых конца:

Помойся ты немножко,

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня.

*(Полотенце)*

**IV конкурс** «Движение – жизнь»

*(Слайд с пословицей 8)*

 «Если хочешь быть сильным – бегай, хочешь быть красивым – бегай, хочешь быть умным – бегай!» Правильна ли с вашей точки зрения, эта пословица? Как вы понимаете ее смысл?

*(Слайд с поговоркой 9)*

 Известна и другая поговорка: «Кто много ходит, тот долго живет». Но с каждым годом двигательная активность человека уменьшается. А мышечный голод для здоровья человека так же опасен, как недостаток кислорода или витаминов.

 В школьном возрасте ребенок должен не менее 1,5 часов в день заниматься активными физическими упражнениями. Хорошо, когда человек с детства дружит с физкультурой. Это оградит его в будущем от болезней и преждевременной старости. Давайте и мы с вами подвигаемся! *(Слайд 10)*

*(команды придумывают и проводят друг для друга физкультминутки под музыку)*

**VII конкурс** «Вредные привычки» *(слайд 11)*

Мы с вами поговорили о том, что полезно для нашего здоровья. А сейчас мы с вами вспомним какой вред организму могут принести вредные привычки: курение, употребление алкоголя, наркотиков*. (ответы детей)*

 Весь мир борется с этим злом, давайте и мы примем участие в ней, нарисовав плакаты о вреде этих привычек. *(дети рисуют плакаты)*

*(обсуждение плакатов)*

**VIII Рефлексия**

Для здоровье важно, чтобы у человека всегда было хорошее настроение. Как вы думаете почему? Каким образом можно его создать? *(ответы детей)*

Как вы думаете, а наше занятие способствовало созданию хорошего настроения? А когда у людей хорошее настроение они поют. Давайте и мы споем песенку «Улыбка» из мультфильма «Крошка Енот»

(*слова М. Пляцковского, музыка В. Шаинского*) звучит фонограмма.

**Подведение итогов:** подсчет жетонов, вручение дипломов .