**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №11 ИМЕНИ ШЕВЧЕНКО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН**

***(для учащихся 2 «А», 2 «Б», 2 «В» классов)***



**Составила учитель начальных классов**

**высшей квалификационной категории**

**МАОУ СОШ № 11 г. Тимашевска**

**Попова Наталья Ивановна**

***г. Тимашевск***

***ноябрь 2013год***

**Игра-викторина «Здоровье не купишь – его разум дарит»**

**Цели.**

1. Формирование психологической установки: «Здоровье не купишь – его разум дарит». «Я выбираю спорт».

2. Воспитывать у детей здоровый образ жизни.

3. Учить правильно относиться к своему здоровью и беречь своё здоровье.

**Задачи.**

1. Выявить, насколько хорошо учащиеся владеют информацией о том, что такое здоровье, здоровый образ жизни.

2. Способствовать формированию навыков здорового образа жизни у учащихся.

**Подготовительный период:** подготовить 3 команды, придумать названия командам, девиз.

**Оформление и оборудование.**

Картинки и плакаты о спорте, здоровье, шары, игровое поле для игры «Крестики – нолики», музыка, задания для конкурса капитанов, чистые листы, кроссворды, стенгазеты и фотогазеты, рисунки на тему «Я выбираю спорт».

**Ход мероприятия**

Солнце, воздух и вода –

 Наши лучшие друзья!

 Ребята, я – затейник,

 Я Спортиком зовусь.

И если будет скучно –

Вмиг разгоню я грусть.

 Мой папа – Спорт,

А мама – Физкультура

Все виды спорта – близкая родня.

Объездил я все страны мира,

Ребята всюду ждут меня.

Как песня, нужен друг в пути,

Его я должен здесь найти!

***Вступительное слово учителя.*** В век технического прогресса и завоевания космоса нам, как и во все времена, прежде всего, дорого здоровье. Здоровье человека - это главная ценность жизни. Его не купишь ни за какие деньги. Но не зря говорят, что беречь здоровье надо смолоду. Здоровье не только физическое состояние, но и психологическое, духовное. Здоровье человека на 50% зависит от того, как он живёт, чем занимается, т.е. от образа жизни.

Девизом нашего классного часа мы возьмём поговорку: ***«Я выбираю спорт, как залог здоровья».***

У нас играют 3 команды. Я попрошу команды представиться и назвать свой девиз (представления команд).

**І конкурс**

А начнём мы с игры – викторины «Крестики-нолики». В игре участвуют 2 команды, команда-победитель играет с третьей командой. Одна команда игроков называется «крестики», другая «нолики». При правильном ответе команда вправе в пустой клеточке сделать пометку «X» и «О». *Победить в игре команды могут в двух случаях:*

1) как только у какой-либо команды на игровом поле образуется выигрышная ситуация, а именно: три их знака расположены подряд по любой вертикали, горизонтали или диагонали;

2) каких знаков на игровом поле в конце игры будет больше.

**Вопросы для игры:**

**1-ая игра:**

1. Его не купишь ни за какие деньги. (Здоровье)

2.Что милей всего на свете? (Сон)

3. Тренировка организма холодом. (Закаливание)

4. Жидкость, переносящая в организме кислород. (Кровь)

5. Наука о чистоте. (Гигиена)

6. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (Микроб)

7. Добровольное отравление никотином. (Курение))

8.Любитель нюхать вредные вещества (Токсикоман)

9. Любимый цветок наркомана (Мак).

***В случаи ничьи, вопрос на засыпку:***

Ледовая площадка (***каток***).

Специалист по поднятию тяжестей (***штангист***).

Лучшая тяжесть для любителей утренний зарядки (***гантели***).

Она является залогом здоровья (***чистота***).

Хоккей - шайба, футбол - мяч, бондминтон-... (***волан***).

Спортивный переходящий приз (***кубок***).

Что стремится установить спортсмен? (***Рекорд)***.

**2-ая игра:**

***Веселые старты.***

**ІІ конкурс**

**Учитель.**

**-**Какие продукты являются наиболее полезными для нашего здоровья?

**Ребята.**

**-** Овощи, фрукты, ягоды.

**Учитель.**

- Правильно. Сейчас вы получите кроссворды, где зашифрованы названия фруктов, овощей и ягод. За пять минут найдите на данных листах как можно больше ягод, фруктов и овощей *(включается музыка*)



***Ответы:*** морковь, помидор, огурец, тыква, лук, капуста, апельсин, мандарин, лимон, яблоко, виноград, слива, арбуз, кукуруза, перец, гранат, груша, картофель, свёкла, ананас, вишня, дыня, черешня, клубника, банан, манго.

**III конкурс**

**Учитель.** Перейдём к следующему конкурсу. Он называется **«Походка спортсмена».** Капитанам предстоит изобразить походку спортсмена, который вамдостанется по карточке. Капитаны тянут карточки.Если капитан хорошо, ясно показывает, то и его команда, и та, котораяпервая отгадывает, получают по очку. Ведущий на своём примере показывает, ребята должны угадать, кого изобразил ведущий (*изобразить бегуна, которому наступили на ногу*) Начинает первая команда.

**Карточки:**

Изобразить походку штангиста после того, как ему на ногу упала штанга.

Изобразить пловца, которого разбил радикулит.

Велосипедиста, который при падении повредил правый бок.

*(Ребята показывают и отгадывают.)*

**Оценивание команд.**

**Учитель.** Молодцы! Здорово прогулялись спортивной походкой.

Спортсмен преодолел себя,

А это значит много.

И главное здесь даже не рекорд.

И не блестящие поверхности медали.

Здоровье - главное! Его приносит... (***Спорт***) – *дети хором*

**ІV конкурс**

**Учитель.**Перед каждой командой лежит лист бумаги. За три минуты вам нужно написать названия спортивных снарядов, всех, что знаете и при помощи которых можно заниматься спортом, а значит, следить за своим здоровьем. Сигналом, как обычно, служит музыка. Начали! Какая команда напишет больше, та и победила. (*Играет музыка*.)

***Учитель (читает):***

1.Турник.

2. Кольца.

3. Канат.

4. Мячи.

6. Скакалки.

7. Гири.

8. Штанга.

9. Боксерские перчатки.

10. Конь

11. Велосипед.

12.Тренажеры.

13. Груша и т.д.

**V конкурс**

**Учитель.**«Здоровье не купишь – его разум дарит». Под таким девизом мы проведем нашблицтурнир. За правильный ответ - один балл. Быстро поднимайте руку.

Осенью осыпается, зимой отсыпается.

А цветок - на медок.

Лечит от гриппа, кашля и хрипа. (***Липа***)

Растет она вокруг

Она и враг и друг.

Как иглы - волоски,

Покрыли все листки.

Сломи хоть волосок -

И капнет едкий сок -

На кожу - хоть ори!

О-о-ой, волдыри!

Но если дружишь с ней,

Ты многих здоровей:

В ней витаминов - клад,

Весной ее едят. ***(Крапива)***

Почему я от дороги

Далеко не отхожу?

Если ты поранил ноги,

Я им помощь окажу.

Приложу ладошку к ране, -

Боль утихнет и опять

Будут ноги по дороге

В ногу с солнышком шагать. ***(Подорожник)***

Он шипы свои выставил колкие,

Шипы у него, как иголки.

Но мы не шипы у него соберем, -

Полезных плодов для аптеки нарвем. ***(Шиповник)***

**Учитель.** В завершении нашего мероприятия я хочу, чтобы вы определили размер своего здоровья с помощью методики русского врача Н.М. Амосова. Он предложил определять размер здоровья - это условный параметр, не дающий ответа о состоянии здоровья, но позволяющий о нем задуматься:

- Если Вы не болели в течение всего учебного года - у Вас самый высокий уровень здоровья ***(красный жетон).***

- Если заболевание возникло во время эпидемии - средний уровень здоровья ***(зеленый жетон).***

- Если Вы болеете во время обычных учебных нагрузок - уровень здоровья самый низкий ***(синий жетон).***

Проанализируйте свое здоровье, возьмите жетон соответствующего цвета и прикрепите свои жетоны на доску. ***(Классный руководитель делает вывод о размере здоровья класса в целом).***

***Заключительный этап***

Вот и закончилась наша игра. Давайте подведём итоги. Все команды выступили отлично. Но победила сегодня команда …

Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшний классный час не прошел даром, и вы многое почерпнули из него.

**Учитель.**

-Что вы выбираете?

**Ребята.**

-Мы выбираем здоровье!!!

**Учитель.**

- Так будьте здоровы!!!

**Кроссворд «Здоровье»**

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 без туч, без облаков

Целый день идти готов. ***(Душ.)***

3. Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет… (***Спорт.)***

4. Он с тобою и со мною

Шел лесными стежками.

Друг походный за спиною

На ремнях с застежками. ***(Рюкзак.)***

5. В новой стене,

В круглом окне

Днем стекло пробито,

На ночь выставлено. ***(Прорубь.)***

6. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ –

Это мой… ***(Велосипед.)***

7. Есть, ребята, у меня

Два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих –

Что за кони у меня? ***(Коньки.)***

8. Чтоб большим спортсменом стать,

Нужно очень много знать.

И поможет здесь сноровка

И, конечно,… ***(Тренировка.)***

Какое слово получилось в выделенных клетках? ***(Здоровье.)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | **з** | **а** | **р** | **я** | **д** | **к** | **а** |
|  |  |  |  |  |  |  | **д** | **у** | **ш** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **с** | **п** | **о** | **р** | **т** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | **р** | **ю** | **к** | **з** | **а** | **к** |  |
|  |  |  |  |  |  | **к** | **о** | **н** | **ь** | **к** | **и** |  |  |
| **т** | **р** | **е** | **н** | **и** | **р** | **о** | **в** | **к** | **а** |  |  |  |  |
|  | **п** | **р** | **о** | **р** | **у** | **б** | **ь** |  |  |  |  |  |  |
| **в** | **е** | **л** | **о** | **с** | **и** | **п** | **е** | **д** |  |  |  |  |  |