

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 3 имени И.А. Флерова»

Внеклассное мероприятие

# *МЫ И НАШЕ ЗДОРОВЬЕ*

**2 класс**

Классный руководитель  
Горячева Светлана Валентиновна

Городской округ Балашиха

# МЫ И НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

## *Ход мероприятия*

### *1. Представление команд*

Команды по очереди показывают свои эмблемы и произносят девизы. Например, названия и девизы могут быть такими:

#### *«С и л а ч и»*

Мы почти уже спортсмены.  
Каждый день свой непременно  
Начинаем с физзарядки,  
Не играем с дремой в прятки.

#### *«К р е п ы ш и»*

Крепыши все знают, братцы,  
Как полезно закаляться.  
Кончим кашлять и чихать,  
Станем душ мы принимать.

#### *«Ч и с т ю л и»*

Мы чистюли, несомненно.  
Нужно мыться непременно  
Утром, вечером и днем,  
Перед каждой едою,  
После сна и перед сном.

*Максимальная оценка за представление — 3 балла.*

**Учитель.** Ребята! Сегодня вы сможете всем показать, как хорошо знаете свой организм и доказать, что действительно заботитесь о здоровье. Вы готовы начать игру?

## *II. Разминка*

**Учитель.** О каких органах или частях тела идет речь?

Командам по очереди загадываются загадки. Если никто из команды не может дать ответ, то очередь переходит к следующей команде.

Брат с братом через дорожку живут,  
А друг друга не видят. (Глаза)

Всегда он в работе, когда говорим.  
А отдыхает, когда мы молчим. (Язык)

Между двух светил  
Я в середине один. (Нос)

Один говорит, Двое глядят,  
Двое слушают. (Язык, глаза, уши)

Красные двери в пещере моей,  
Белые звери сидят у дверей.  
И мясо, и хлеб — всю добычу мою  
Я с радостью белым зверям отдаю. (Губы, зубы)

Двое идут,  
Двое несут,  
Третий говорит. (Ноги, руки, рот)

*За каждый правильный ответ команде присуждается один балл.*

## *III. Домашнее задание*

**Учитель.** А теперь, ребята, посмотрим, как вы выполнили домашнее задание.

Знаете ли вы песни, стихи о здоровье?

*Высшая оценка за этот конкурс — 3 балла.*

## *IV. «Всезнайка»*

**Учитель.** А теперь мы с вами, ребята, отправимся в небольшое путешествие по нашему организму. У вас будет карта (показывает рисунки), которая вам поможет быстрее вернуться из этого путешествия.

По этой карте-маршруту вы должны будете обойти все станции-органы, дать

им названия, подписать. Как только вы справитесь с заданием - завершите путешествие. Поспешите, но старайтесь ничего не пропустить и не ошибиться. Победит тот, кто сделает все быстро и правильно.

*Командам выдаются на больших листах рисунки - контур человека с внутренними органами и органами чувств, которые обозначены стрелками. Нужно подписать их названия. Дети работают в командах.*

*Максимальная оценка — 3 балла.*

### ***V. Конкурс капитанов***

***Учитель.*** Ребята, кто самый смелый и самый сообразительный в ваших командах? Кто отвечает за всех вас? Конечно, это ваши капитаны. А теперь пришла пора сразиться и им.

*Капитаны выходят. Учитель по очереди задает им вопросы. Если один капитан не справляется, то вопрос переходит к другому.*

- ◆ В какое время дня нужно делать зарядку?
- ◆ Сколько раз в день и когда надо мыть руки?
- ◆ Закончи: «Наши верные друзья — солнце, воздух и ...»
- ◆ Главные силачи человека. О чем речь?
- ◆ Каких «невидимок» мы удаляем с кожи, когда моемся?
- ◆ Закаленный человек. Какой это человек?

*Максимальная оценка - 1 балл.*

### ***VI. Неграмотный художник***

***Учитель.*** Ребята, знаете ли вы, что означает «неграмотный человек»? Это не только тот человек, который не умеет правильно писать, читать, культурно говорить, но и тот, который не знает правил здорового образа жизни. А вы их знаете? Сейчас проверим.

Один «неграмотный» художник нарисовал картинки, но он совершенно не знал, как заботиться о своем здоровье. Рассмотрите эти картинки и помогите ему исправить ошибки, расскажите, как надо правильно нарисовать.

*Капитаны команд вытягивают по одной картинке. Например, на одной нарисована смеющаяся девочка с грязными, нечищеными зубами и с дыркой в зубе, на другой - ученик сидит за партой, согнувшись, подогнув одну ногу, низко наклонясь над книгой, на третьей - мальчик ест немытое яблоко, неопрятно одет, у него грязные лицо и руки.*

*Командам на обсуждение дается одна минута, после чего заслушиваются их ответы.*

*Максимальная оценка — 2 балла.*

## **VII. Скорая помощь**

**Учитель.** Если вы знаете, как вести здоровый образ жизни, то вы сможете и оказать первую помощь пострадавшему.

*Выходят три помощника. У одного на руке имитация синяка; он говорит, что ушибся, что ему больно. У второго - имитация раны на пальце; он говорит, что порезал палец. У третьего - имитация ожога; он говорит, что нечаянно обжегся, кожа покраснела и «горит».*

**Учитель.** Ребята, выберите из команды по два человека, которые смогут помочь пострадавшим людям. А все необходимое для этого у нас имеется.

*На столе - дезинфицирующие средства, бинты, вата, холодный компресс, холодная вода в миске. По два человека от каждой команды оказывают первую помощь.*

*Максимальная оценка - 2 балла.*

## **VIII. Спортивный конкурс**

**Учитель.** Вы хорошо поработали, подумали. А теперь пора размяться и заодно показать, какие вы ловкие, какие вы сильные, какие вы быстрые. Сначала давайте поучимся и запомним движения.

*Команды выходят и становятся так, чтобы друг другу не мешать.*

Вначале учитель говорит и показывает движения, а дети повторяют:

«зайчик» - руки на пояс, присели и попрыгали;

«кошка» - выгнули спину и потянулись;

«сова» - стоим ровно, руки прижаты к бокам, поворот головы влево - вправо;

«мишка» - ноги расставили шире, руки на пояс, потопали ногами;

«лошадка» - руки вперед, пружинистые движения ног.

**Учитель.** Запомнили? А теперь я буду называть животных, а вы будете показывать, как они двигаются. Будьте внимательны, не ошибайтесь.

*Учитель говорит названия животных в разной последовательности. Дети выполняют движения. Темп ускоряется. Помощники в это время смотрят, правильно ли выполняют движения дети. За ошибки баллы снижаются.*

*Максимальная оценка - 2 балла.*

## **IX. Эрудит**

**Учитель.** И завершим нашу викторину интересным, но самым сложным конкурсом - конкурсом эрудитов. Сосредоточиться, подумать, не

торопиться - вот что вам необходимо сейчас. Вопросы не обсуждаются. Если никто из команды не знает ответа, то этот вопрос переходит к следующей команде.

*Учитель каждой команде по очереди задает вопросы. Дети должны поднять руку, если знают ответ.*

- ✦ Какие вредные вещества содержатся в табачном дыме?
- ✦ Почему собака так жадно весной ищет зеленую траву?
- ✦ Почему на сломанную руку или ногу накладывают гипс?
- ✦ Когда человек дышит, какой газ попадает к нему в организм, а какой — выходит?
- ✦ Что такое активный отдых?
- ✦ Отчего портится осанка человека?
- ✦ В какое время дня и сколько по времени можно загорать на солнце?
- ✦ Для чего человеку нужен язык?
- ✦ Как правильно читать, чтобы сохранить зрение?

*Максимальная оценка — 1 балл.*

### ***Х. Подведение итогов***

***Учитель.*** Все вы, ребята, молодцы! Показали, что действительно знаете свой организм и знаете, как сохранить его здоровым! А теперь подведем итоги и посмотрим, кто стал победитель!

*Подсчитываются баллы. Объявляются победители.*