Внеклассное мероприятие ко Дню здоровья «Путешествие в страну сказок» для учащихся 1, 2 классовучителя музыки ЧОУ СОШ «Елена – Сервис города Казани Куляжевой Вероники Степановны.

ЦЕЛЬ –Привитие учащимся навыков здорового образа жизни.

Ход мероприятия: Звучит песня «У Лукоморья»

Ведущий: Здравствуйте дорогие ребята, сегодня как обычно к празднику, посвященному «Дню здоровья» мы проведем наши традиционные «Веселые старты». Ой, что это? Кто это стучится к нам?(Входит гонец) Что за необычный почтальон? Он очень похож на старинного гонца из русской народной сказки. Да это и в самом деле гонец. Что случилось? Как ты здесь очутился?

Гонец: Будьте здоровы хозяева дорогие! Я – знаменитый гонец – Быстровей, из сказочного царства-государства Будьздоровия. А принес я вам послание, по вашему телеграмму, от царя моего Добросила Великого. Вот она. (Отдает послание ведущему)

Ведущий: Ребята, давайте прочитаем его – «Я, Государь страны Будьздоровии, с прискорбием сообщаю, что при помощи злых чар колдуна Кариеса, похищена моя любимая дочь – царевна Милолица. И томится она в высокой башне дворца короля ОзнобышаI и королевы Зловреды дочери их Злорады, что стоит в городе Шаляй-Валяйске. Кто спасет прекрасную царевну, не испугается трудных заданий – испытаний, тот получит ее в жены, да полцарства в придачу». Царь Доросил Великий.

Ведущий -Так как ребята, поможем отыскать царевну? (Ответ ребят- Да!) И не надо нам полцарства - государства, у нас вот какая школа замечательная есть! Да и женится нам еще рановато. А царевну мы спасем, и с трудными заданиями справимся. Что ж, пора отправляться в сказочную страну. А поедем мы с вами туда на волшебном поезде.

-Все готовы?

Ученики-Да!

Ведущий - Не испугаетесь?

Ученики -Нет!

Ведущий -На обман не поддадитесь?

Ученики -Нет!

Ведущий – А все ли вы ребята, верите в сказку? ( Ребята исполняют «Песня – спор о сказках»).

Ведущий -Давайте произнесем клятву верности –«В путь шагай всегда смелей!

Друг за друга ты радей!

Не грусти, не хнычь, не ной!

Вот девиз наш боевой!» (Ребята повторяют).

Ведущий -А в дороге нам поднимет настроение веселая песня. (Ребята исполняют песню «Паровоз Букашка»1 куплет)

Ведущий - Наша первая остановка в городе под названием «Закаляйск» Что б проехать его нам надо основные правила этого города.

1 - Солнце, воздух и вода

Ответ -Наши лучшие друзья!

2 – Закален и аккуратен?

Ответ -Для друзей всегда приятен.

3 – Здоровье и чистота? Ответ – лучшая красота.

4 – Чистая вода? Ответ – для хворобы беда.

5 – Если хочешь быть здоров – закаляйся!

6 - Позабудь про докторов, водой холодной обливайся,

Все -Если хочешь быть здоров!

7 – Здоровье научись ценить,

Чтоб до старости прожить.

Ведущий–А сейчас отгадайте загадки:

1) Мудрец в нем видел мудреца,  
Глупец глупца, баран – барана.  
Овцу в нем видела овца.  
А обезьяну – обезьяна.  
Но вот подвели к нему  
Федю Баратова,  
И Федя увидел неряху лохматого. *(Зеркало).*

2) Целых 25 зубков  
Для кудрей и хохолков.  
И под каждым под зубком  
Лягут волосы рядком.   *(Расческа).*

3) Ношу их много лет,  
А счету не знаю.  
Не сеют, не сажают –  
Сами вырастают.    *(Волосы).*

4)  Вроде ежика на вид,  
Но не просит пищи.  
По одежде пробежит  
Она станет чище.   *(Щетка для одежды).*

5)  Гладко, душисто, моет чисто,   
Нужно чтоб у каждого было   
Что, ребята?     *(Мыло).*

6) Волосистою головкой   
В рот она влезает ловко   
И считает зубы нам  
По утрам и вечерам.      *(Зубная щетка).*

7) Вот какой забавный случай!  
Поселилась в ванной туча.  
Дождик льется с потолка  
Мне на спину и в бока.  
До чего ж приятно это   
Дождик теплый, разогретый,   
На полу не видно луж.   
Все ребята любят...     *(душ)*

Ведущий – Молодцы, ребята! Справились с заданием. Давайте покажем, какие мы спортивные, и выполним «Веселую разминку» под спортивную музыку.

-Едем дальше. (Звучит песня «Паровоз Букашка» 2 куплет.

Ведущая – А вот и город «Выростайск». В нем мы проведем спортивные соревнования. Для этого мы разделимся на команды.

(Проводятся соревнования: 1 Эстафета с обручем, скамейкой, скакалкой, мячом. 2 Бег мешках. 3 Попади в цель. 4 Пронеси мячик в ложке.(Звучит песня «Паровоз Букашка»3 куплет)

Ведущий - Какие интересные места мы с вами проезжаем: село «Неболеево», деревня «Нечихалкино», а вот и последний полустанок «Витаминск».После него мы попадем в королевство злого короля Ознобыша I. Там все поросло бурьяном и сорняками. Давайте вспомним, какие полезные растения помогают нам запастись витаминами и быть здоровыми. В этом нам поможет старичок – лесовичокДобродей. (Выходит лесовичок и проводит викторину)

-1Ты натёр ногу в пути. Как облегчить боль? Ответ: приложить лист подорожника.

-2Какая ягода заменяет лимон? Ответ: клюква содержит лимонную кислоту.

-3Плоды, каких кустарников богаты витамином C? Ответ: черная смородина, шиповник.

-4Какими лечебными средствами обладает мать-и-мачеха? Ответ: эффективное средство при  кашле.

-5Какую траву любят кошки? При каких болезнях она помогает? Ответ: валериана. Помогает при нервных расстройствах и бессоннице.

-6Сок этого растения используют вместо йода для выведения бородавок, настоем из листьев умываются, споласкивают голову. Ответ: чистотел.

-7От какой болезни помогает малина? Ответ: от простуды.

Добродей- Молодцы! Теперь вам не будут страшны козни короля Ознобыша и его главного советника Вредимора. А чтоб вы не заблудились в его королевстве и не сбились с дороги, я дам вам шелковую нить. Она вас из любой беды выведет. И еще волшебный ларец. Стоит ее открыть и сказать – «Братья из ларца одинаковых с лица», как перед вами появятся братья Брекеты. Они вам помогут. Счастливого пути! (Звучит песня «Дорога» из репертуара певицы Максим)

Ведущий – Посмотрите, ребята, как вокруг все заброшено и не ухожено, а жители страны неряшливы и неаккуратны. А это что такое? (Звучит песня сладкоголосых сирен) Посмотрите, они предлагают вам конфеты и ириски с условием, что вы никогда не будите чистить зубы. Они просят вас остаться с ними, стать лентяями и лежебоками. Не поддавайтесь на их хитрые уловки. Разве не видите вы, что перед вами не прозрачная речка, а гнилое болото. Давайте быстрее скажем, что нужно, чтоб наши зубы были всегда здоровы и шелковая нить нам укажет правильный путь.

1 Чистить зубы утром вечером после еды.

2 Полоскать рот после еды кипяченой водой.

3 Во время еды не разговаривать.

4 Не торопиться во время еды, тщательно пережевывать пищу.

5 Не грызть орехи и семечки.

6Не есть и пить очень холодное и слишком горячее.

7Не есть много сладкого.

Ведущий – Отлично ребята! Вот мы и прошли с вами гнилое болото.

(Раздается грохот) Посмотрите, впереди высокие горы, а дорогу колдун Кариес завалил Злостным камнепадом. Нам помогут братья из ларца. Давайте позовем их.

Ребята хором –Двое из ларца, одинаковых с лица!

Проводится игра:Игра. «Хорошо – плохо»

(если хорошо – хлопайте, если плохо – мотание головой)

Хорошо:

1.Мыть ноги, руки, принимать душ.

2.Чистить зубы.

3.Проветривать комнату.

4.Гулять на свежем воздухе.

5.Спать на жесткой постели, на спине.

-Снятся ли вам неприятные сны?

-Как вы думаете,  почему?

Плохо:

1.Перед сном много пить, есть.

2.Смотреть страшные фильмы.

3.Слушать громкую музыку.

4.Физически напрягаться перед сном.

5.Играть в шумные игры.

Итог.  - Закончим  урок нашим общим девизом:

Я здоровье сберегу –

Сам себе я помогу.

(Звучит музыка «В пещере горного короля» Э.Грига)

Ведущий – Кто это к нам идет? Да это сам советник Вредимор вышел нас встречать.

Вредимор – Какие ребята вы хорошенькие, добренькие. Как же вы долго шли сюда. Наверное притомились, устали и проголодались. Зачем вам спасать Милолицу. А не хотите ли жить, ничего не делая, целый день бить баклуши, вдоволь есть, и сказки слушать. Отдыхать, да сладко спать. Хотите, наверное, только скрываете, скромничаете. Сейчас я позову свою сестру Ленивицу и няньку Лихорадушку. Они вам сказки почитают, да песенки споют. А вы ложитесь, да отдыхайте. Миловица от нас не куда не денется.

(Выходят Ленивица и Лихорадушка и поют «Колыбельную песню»).

Вредимор – Ха хаха! Вот и все. Ловко я их обманул. А что это за ларец? Попробую его открыть. Что это такое?... Кто вы такие? (Появляются братья Брекеты под сказочную музыку).

Братья – Эй, ребята, полно спать, надо нам царевну Миловицу из неволи выручать. (Ребята просыпаются).

(Звучат фанфары, торжественно выходит король ОзнобышI со своей свитой, с королевой Зловредой и дочерью Злорадой).

Король – Как посмели вы придти. Наш покой нарушали. Миловицу не спасете. Только сами пропадете. Камнепад преодолели, и в болоте не увязли, и на лесть не поддались, и конфеты не помогли. Загадаю вам загадки, вот уж будет то не сладко. Отгадаете – мой сказ – отпущу ее тот час. А не сможете, тогда, с ней останетесь здесь навсегда. (Обращается к королеве и дочери) – Принесите мою волшебную книгу с трудными загадками. В моем королевстве никто их не смог разгадать. ( В зал приносят книгу)

Король читает - Загадки по теме: «Гигиена»

Карточка №1.

1Кирпичик розовый, душистый

Потри его и будешь чистым.

2Светло поле-сторона,

Идёт по полю борона,

Пшеницу разгребает,

Порядок соблюдает.

3Худая девчонка –

Жесткая щетка,

Днём прохлаждается.

А по утрам да вечерам

Работать принимается:

Голову покроет

Да стены помоет.

4Белое корыто

К полу прибито.

Мойдодыру я родня,

Отверни-ка ты меня,

5И холодною водою

Живо я тебя умою.

Ответы: мыло, расчёска, зубная щётка, водопроводный кран.

6Висит, висит, болтается,

Всяк за него хватается.

Лёг в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос.

7Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит.

Нам усердно служит.

8Плещет тёплая волна

В берега из чугуна:

Угадайте, вспомните,

Что за море в комнате.

Пузыри пускало,

Пеной кверху лезло, -

И его не стало,

Вдруг оно исчезло.

Ответы: полотенце, носовой платок, зубная щётка, ванна, мыло.

9Могу я в ней на дно нырнуть,

Но не могу я утонуть,

А если станет глубоко

Открою пробку я легко.

На себя я труд беру,

Пятки, локти с мылом тру

И колени оттираю –

Ничего не забываю.

10Зубастая пила

В лес густой пошла

Весь лес обходила,

А ничего не спилила.

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я,

11Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится.

Белая река

В пещеру затекла,

По ручью выходит –

Со стен всё выводит.

Ответы: ванна, мочалка, расчёска, мыло, зубная паста.

 12Стальной грибок на ножке

Скользит по дорожке,

Его нога –

В чужих руках

Едет кверху ножкой

Да скребёт дорожку.

13Хвостик – из кости,

А на спинке – щетинка.

Гладко, душисто, моет чисто.

Я не море и не речка,

Я не озеро, не пруд,

Но как утро или вечер – люди все ко мне бегут.

14Резинка Акулинка

Пошла гулять по спинке.

А пока она гуляла,

Спинка розовою стала.

Ответы: бритвенный станок, зубная щетка, мыло, ванна, мочалка.

Карточка №5.

Дождик тёплый и густой:

Этот дождик не простой,

Он без туч, без облаков,

Целый день идти готов.

Озеро бело,

То полно, то мелко.

Железный ёжик

С резиновой кожей,

Вниз иголками идёт,

Иглами траву гребёт.

Я увидел свой портрет,

Отошел – портрета нет.

Посмотрите, посмотрите –

Тонет в речке и в корыте!

Почему ж оно всегда

Только там, где есть вода?

Ответы: душ, ванна, массажная щётка, зеркало, мыло.

Карточка №6.

Вафельное и полосатое,

Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою –

Что это такое?

Зубов много,

А ничего не ест.

Есть в комнате портрет,

Во всём на вас похожий.

Засмейтесь и в ответ –

Он засмеётся тоже.

А что было! А что было!

Мама речку в дом пустила.

Речка весело журчала,

Мама в ней бельё стирала.

А потом, а потом,

Я купался под дождём.

Резиновая Акулинка

Пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала.

Ответы: полотенце, расчёска, зеркало, душ, мочалка.

Карточка №7.

Вот какой забавный случай!

Поселилась в ванной туча.

Дождик льётся с потолка

Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик тёплый, подогретый,

На полу не видно луж.

Все ребята любят …

Я несу в себе водицу.

Нам водица пригодится.

Можно мыться без хлопот,

Если есть…

Я маленький, я гладенький,

Покорный, не спесивый.

А в скачке пеной брызгаю,

Как дикий конь ретивый.

Зубаст, а не кусается.

Как он называется.

Говорит дорожка –

Два вышитых конца.

Помойся ты немножко,

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня.

Ответы: душ, водопровод, мыло, гребешок, полотенце.

Король – что это за ребята такие. На все загадки ответили правильно. А вот с этим заданием ни за что не справитесь.

КоролеваЗловреда – Какое слово я спрятала? Назовите правильно.

Крапива – п и р а к в а

Малина – л и а м н а

Шиповник – п и в о ш н и к

Ландыш – л ы д ш а н

Липа – п л и а

Мята – т я м а

Ромашка – ш о р а к м а

Календула – д у к а н а л е л

Липа – и п л а

Рябина – б и н а р я

Чистотел – с т о л ч и т е

Мята – я т а м

Подорожник – р о ж о д о п и н к

Малина – м а н а л и

Зверобой – з в о й р о б е

Календула – д а л к е н у л а

Чага – г а ч а

Ромашка – ш м а к р о а

Подорожник – р о к ж н и о д о п

Липа – п и л а

Зверобой – р о б о й е в з

Дуб – б д у

Ландыш – д ы ш л а н

Малина – н и л а м а

Мята – а т я м

Ромашка – м а ш к а о р

Подорожник - о д о п ж о р н и к

Крапива – р а к в а п и т

Дуб – д б у

Чистотел – с т о л е ч и

Мята – я т м а

Рябина – б и р я н а

Черника – р и ч н е к а

Малина – м л а а н и

Зверобой – б о й р о е в з

Черника – ч и к а р е а

Королева – Да, что такое? Сколько лет живу, а таких ребят не встречала? Последняя надежда на тебя, доченька, выручай! ( Выходит Злорада )

Злорада–Загадки**:**Весной растёт, летом цветёт.  
Осенью осыпается, зимой отсыпается.  
А цветок – на медок,  
Лечит от гриппа, кашля и хрипа.  
*(Липа)*  
Растёт она вокруг, она и враг и друг.  
Как иглы волоски, покрыли все листки.  
Сломи хоть волосок – и капнет едкий сок.  
А если дружишь с ней – ты многих здоровей:  
В ней витаминов клад, весной её едят.  
*(крапива)*  
Есть корень кривой и рогатый,  
Целебною силой богатый,   
И может два века он ждать человека  
В чащобе лесной, под кедровой сосной.  
*(женьшень)*  
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 соберём,-   
Полезных плодов для аптеки нарвём.  
*(шиповник)*  
Травка та растёт на склонах  
И на холмиках зелёных,  
Запах крепок и душист,  
А её зелёный лист нам идёт на чай.  
Что за травка? Отгадай.  
*(душица)*  
Злорада – Не хочу я больше злиться, лучше буду я учиться. Вы ребята помогли мне понять, как хорошо много уметь и знать. Мне тоже захотелось, как вы, многому научиться. (Обращается к королю). Надо помочь ребятам вернуться домой, а царевну Милолицуотпустить к царю Добросилу. Лучше нам всем в мире жить, и кдруг другу в гости ходить.

ОзнобышI – Хорошо, раз ты меня об этом просишь, я согласен. Но пусть ребята, споют мне веселую песню. (Ребята поют песню «Про зарядку»).

Появляется Милолица – Спасибо вам, ребята, за то, что выручили меня. А теперь нам пора возвращаться обратно. Скорее, занимайте свои места в волшебном поезде. (Ребята под музыку двигаются друг за другом, имитируя движение поезда).

Ведущий – Вот и закончилось наше волшебное путешествие по сказочной стране. И главное, что мы должны мы помнить всегда?

Ребята – В здоровом теле – здоровый дух!

Ребята исполняют песню «Дорога добра».