Сценарий конкурсной программы для начальной школы "Здоровым быть здорово!"

**Цель конкурса:** сформировать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни.

**Задачи:** помочь ученикам осознать важность разумного отношения к своему здоровью; способствовать укреплению здоровья детей; развивать навыки работы в группах, коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь; воспитывать культуру поведения и общения при работе в группах.

**Возраст обучающихся:** 8-10 лет (3‑й класс).

**Оформление кабинета:**плакат с названием конкурсной программы "Здоровым быть здорово!"; рисунки учеников на доске; по периметру кабинета семейные стенгазеты "Мы за здоровый образ жизни!"; столы для трех команд.

**Оборудование:** компьютеры или интерактивная доска; листы с буквами З, Д, О, Р, О, В, Ь, Е; карточки с пословицами; ларец и предметы для него; листы для заданий; фломастеры; сок; грамоты.

**СЦЕНАРИЙ "ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО!"**

На экране демонстрируется видеоролик «Мы за здоровый образ жизни!»

**Учитель:** Добрый день, дорогие ребята и уважаемые взрослые! Вы догадались о чем сегодня мы будем говорить?

Мы рады видеть вас на нашем празднике здоровья с названием "Здоровым быть здорово!".

В век технического прогресса и развития космических технологий, как вы думаете, что всего дороже? Конечно же здоровье! Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Здоровье не купишь за деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете решать жизненно важные задачи. Все мы хотим вырасти крепкими и здоровыми.

Быть здоровым – естественное желание человека, рано или поздно все задумываются о своем здоровье. Каждый из нас должен осознавать, какой это бесценный клад. Сегодня мы не только поговорим о том, что такое здоровье, здоровый образ жизни, но и будем участвовать в конкурсах .

В игре участвуют 3 команды учащихся.

Сейчас придумайте, пожалуйста названия своим командам!

Приветствуем участников:

Первой команды – команда "*название*";

Второй команды – команда "*название*".

Третьей команды – название.

Следить за нашим конкурсом будет строгое жюри в составе "*назвать* состав".

Итак, начинаем нашу конкурсную программу. Первый конкурс называется **"Здоровье"**.

**Конкурс "Здоровье"**

К каждой букве в слове "здоровье" нужно подобрать другие слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни. Каждое слово принесет команде один балл. На выполнение задания отводится одна минута. (Во время работы команд звучит музыка.)

**Конкурс "Народная мудрость гласит"**

Команды получают карточки с незаконченными пословицами. Задача участников – закончить пословицы о здоровье. В конце конкурса представители команд зачитывают свои варианты окончания пословиц. За каждый правильный ответ команда получает по одному баллу.

Чистота –  \_\_\_. (Ответ: залог здоровья.)

Здоровье в порядке – \_\_\_. (Ответ: спасибо зарядке.)

Если хочешь быть здоров – \_\_\_. (Ответ: закаляйся.)  
В здоровом теле – \_\_\_. (Ответ: здоровый дух.)

**Конкурс "Здоровье не купишь – его разум дарит"**

На мониторе компьютера или на интерактивной доске высвечиваются вопросы, на которые нужно дать утвердительные или отрицательные ответы. За каждый правильный ответ команда получает по одному баллу.

Вопросы:

* Согласны ли вы, что зарядка – это источник бодрости и здоровья? (Ответ: да.)
* Верно ли, что жевательная резинка сохраняет зубы? (Ответ: нет.)
* Верно ли, что зубы надо чистить один раз в день? (Ответ: нет.)
* Правда ли, что бананы поднимают настроение? (Ответ: да.)
* Верно ли, что морковь замедляет старение организма? (Ответ: да.)
* Легко ли отказаться от курения? (Ответ: нет.)
* Правда ли, что недостаток солнца вызывает плохое настроение? (Ответ: да.)
* Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? (Ответ: нет.)
* Правда ли, что каждый день нужно выпивать два стакана молока? (Ответ: да.)

**Учитель**: Чтобы быть здоровым, нужно много знать и уметь. В ходе следующего конкурса вам также нужно будет ответить на вопросы.   
За каждый верный ответ команда получит два балла.

**Конкурс "Знание – сила"**

На мониторе компьютера или на интерактивной доске высвечиваются вопросы, на которые нужно дать ответы. Вопросы:

* Как называется результат воздействия мороза на организм человека? (Ответ: обморожение.)
* Кто может заразить человека бешенством? (Ответ: животные.)
* Как называются напитки, которые губят здоровье человека? (Ответ: алкоголь.)
* Как называется материал для перевязки? (Ответ: бинт.)
* Как называется травма, нанесенная огнем? (Ответ: ожог.)
* Что способствует закаливанию организма? (Ответ: солнце, воздух, вода.)

**Учитель**:   
Друзья, у меня есть для вас стихи, но их прочесть поможете вы.   
Как только руку подниму я вверх, слово "здоровье" произносят все!

***Законы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ должны мы твердо знать!   
Свое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ беречь и охранять!   
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ много значит!   
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ всех важней!***

Поднимите, пожалуйста, руки те, кто никогда не болел. Теперь те, кто болеет раз в году! А кто болеет два раза и более? Посмотрите, мы все уже привыкли болеть, а ведь это неверная установка. Давайте постараемся изменить ее и запомним, что для человека естественно быть здоровым. Болеть никто из вас не любит, а соблюдаете ли вы режим дня? Проверим! Сейчас я буду читать вам начало фразы, а вы должны ее закончить. За каждый правильный ответ команда получает один балл.

**Конкурс "Загадки о режиме дня"**

**Учитель**: А теперь ответьте на загадки из ларца. Вам будет предложена словесная подсказка, а вы должны догадаться, что лежит в ларце. Слушайте внимательно подсказку:

* эти растения с характерным резким запахом являются хорошим средством в профилактике простудных заболеваний (ответ: лук, чеснок);
* вещества, которые обязательно надо употреблять, если вы принимаете сильные лекарства (ответ: витамины);
* продукт из фруктов, который рекомендуется выпивать за 30 минут до еды (ответ: сок);
* жидкое, а не вода, белое, а не снег (ответ: молоко).

**Игра «Весёлые человечки».**

– Проверим ваше зрение. Я показываю карточки с фигурками человечков, повторите их движения.

(Для данной игры учитель готовит карточки, на которых схематично изображены фигурки человечков, выполняющих различные гимнастические упражнения: наклоны головы и туловища, отведение рук или ног в сторону, приседание и т.п.

- Что мы делали сейчас?

Зарядку, гимнастику.

-А есть ли польза от зарядки?

Да. Укрепляет здоровье. Ученик не болеет, всегда бодрый, энергичный, спорт помогает в учебе.

– Человек, ведущий здоровый образ жизни, в режиме дня обязательно выделяет время для занятий физкультурой и спортом.

**Итоговая часть.**

– Какой теме был посвящёно занятие?

– Как понять значение слов здоровый образ жизни?

- Слово предоставляется жюри. (Вручение дипломов)

Здоровье – неоценимое богатство в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранять подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия.

Надеюсь, что сегодняшняя игра не прошла даром и вы многое почерпнули из нее. Не зря говорят: "Здоров будешь – все добудешь". Так будьте все здоровы, до свидания!

**– Пожелание:**

Я желаю вам, ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться –

Каждый раз перед едой,

Прежде, чем за стол садиться,

Руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь

Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь –

Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда,

На прогулки в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья!

Я открыла вам секреты,

Как здоровье сохранить,

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!

**Использованная литература**

1. Романенко В. М. Классный час «Здоровый образ жизни» // Завуч. 2008. № 7. С. 125, 128.

2. Уфимцева Л. П. Для профилактики близорукости // Начальная школа.1993. №2. С.67 – 69.