

Сценарий конкурсной программы "Здоровым быть здорово!"

7 апреля – Всемирный день здоровья. Отмечается он в день создания Всемирной организации здравоохранения. Ежегодное проведение Дня здоровья стало традицией с 1950 года. Эта дата установлена для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни, и решить, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше. В школе в этот день можно провести различные мероприятия и конкурсы.

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: 7– 10 лет.

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 двух 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!"

Учитель: Добрый день, дорогие ребята и уважаемые взрослые!

Девочка: Добрый день, ученики и учителя нашей школы!

Мальчик: Здравствуйте, дорогие гости! Мы рады видеть вас на нашем празднике здоровья с названием "Здоровым быть здорово!".

Вместе: Здравствуйте! Желаем всем здоровья!

Учитель: 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. Давайте вместе подумаем, что такое здоровье, здоровый образ жизни.

Мальчик:

Чтобы были мы красивы, чтобы не были плаксивы,

Чтоб в руках любое дело дружно спорилось, горело...

Девочка:

Чтобы громче пелись песни, чтоб жилось нам интересней...

Мальчик и девочка: Нужно сильным быть, здоровым.

Учитель: Наш конкурс называется "Здоровым быть здорово!" И сегодня мы постараемся доказать это друг другу и самим себе. В игре участвуют все учащиеся. Приветствуем участников:

1 класса – команда _____

2 класса – команда _____

3 класс- команда _____

4 класс – команда _____

Следить за нашим конкурсом будет строгое жюри в составе:

Итак, начинаем нашу конкурсную кругосветку. 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.)

Учитель: В нашем классе 19 семей, и каждая выступает за здоровый образ жизни. Это демонстрируют газеты, подготовленные семьями. Давайте узнаем, что для вас означает здоровье. (Учитель опрашивает детей.)

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.)

Учитель: А теперь отдохнем немного. Отвечайте дружно хором **"Это я, это я, это все мои друзья"**, если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите.

Вопросы для обучающихся:

- кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов;
- кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым;
- кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру;
- кто мороза не боится, на коньках летит, как птица;
- ну а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет;
- кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны;
- кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки;
- кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей;
- кто согласно распорядку выполняет физзарядку;
- кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?

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 сможете 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).

Конкурс "Здоровый образ жизни – это стильно!"

Обучающиеся на листах бумаги должны записать правила здорового образа жизни. Команды работают под музыку, потом зачитывают свои правила. За каждое правило команда получает по одному баллу.

Конкурс «Гигиена-залог здоровья»

ЗАГАДКИ

- Хожу-брожу не по лесам,
А по усам и волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.
(Расческа)
- Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолоков.
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком.
(Расческа)
- Ношу их много лет,
А счету им не знаю.
Не сею, не сажаю,
Сами вырастают.
(Волосы)
- 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)
- Я молча смотрю на всех,
И смотрят все на меня.
Веселые видят смех,
С печальными плачу я.
Глубокое, как река,
Я дома на вашей стене.
Увидит старик старика,

- Ребенок - ребенка во мне.
(Зеркало)
- В нем две буквы “к”
Писать не забывайте,
Таким, как он, всегда бывайте!
(Аккуратный человек)
 - Вроде ежика на вид,
Но не просит пищи.
По одежде пробежит –
Она станет чище.
(Платяная щетка)
 - Гладко, душисто, моет чисто,
Нужно, чтобы у каждого было.
Что это, ребята?
(Мыло)
 - Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(Мыло)
 - Волосистою головкой
В рот она влезает ловко
И считает зубы нам
По утрам и вечерам.
(Зубная щетка)
 - Хвостик из кости,
На спине - щетина.
(Зубная щетка)
 - Он не сахар, не мука,
Но похож на них слегка.
По утрам он всегда
На зубы попадает.
(Зубной порошок)
 - Красные двери в пещере моей,
Белые звери сидят у дверей.
И мясо, и хлеб - всю добычу мою –
Я с радостью белым зверям отдаю.
(Зубы)
 - Лег в карман и караулит
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утрет потоки слез,
Не забудет он про нос.
(Носовой платок)
 - Между двух светил
Я в середине один.
(Нос)
 - Вот такой забавный случай!
Поселилась в ванной туча.
Дождик льется с потолка
Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик теплый, подогретый,
- На полу не видно луж.
Все ребята любят...
(Душ)
- Говорит дорожка –
Два вышитых конца:
Помойся ты немножко,
Чернила смой с лица!
Иначе ты в полдня
Испачкаешь меня.
(Полотенце)
 - Не обижен, а надут,
Его по полю ведут.
А ударят - нипочем,
Не угнаться за...
(Мячом)
 - Что полезно –
Всем известно?
А ответ найду легко.
По моей любимой чашке
Нарисованы ромашки,
Ну а в чашке - ...
(Молоко)
 - Эта птица - не синица,
Не орел и не баклан.
Эта маленькая птица
Называется...
(Волан)
 - На снегу - две полосы,
Удивились две лисы.
Подошла одна поближе:
Здесь бежали чьи-то...
(Льжи)
 - Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
И несут меня не кони,
А блестящие...
(Коньки)
 - Мне загадку загадали:
Это что за чудеса?
Руль, седло и две педали,
Два блестящих колеса.
У загадки есть ответ –
Это мой...
(Велосипед)
 - Работает с пылом,
Уверенно, четко.
Ни грязи, ни пыли
Не вытерпит...
(Щетка)
И в жару, и в гололед
Захочу - и дождь пойдет,
Зашумит над головой,

- Дождь придет ко мне домой.
(Душ)
- Я ими платица крою,
Узоры вырезаю.
Сама ли штопаю и шью,
Иль маме помогаю,
Для дочек, бабушек и мам
Хорошие помощницы.
Наверное, знакомы вам
Стальное чудо ...
(Ножницы)
 - 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)
- Ходит гном с бородой
Под диваном и тахтой.
По всему дому
Пройти надо гному.
Он не просто ходит,
Чистоту наводит.
(Веник)

Конкурс пантомимы “Уборка квартиры”

Изобразить какую домашнюю работу я делаю:

1. Подметаю пол.
2. Вытираю пыль с мебели.
3. Мою посуду.
4. Пользуюсь пылесосом.
5. Накрываю на стол.
6. Стираю и развешиваю белью.

Девочка: А теперь немного отдохнем. Прошу всех встать. Подровняйте носочки, сцепите руки за спиной, присядьте несколько раз. Закройте глаза, откройте глаза (5 раз). Поднимаем по очереди плечи (5 раз). Руки на пояс, наклоны вправо, влево. Как можно назвать то, что мы с вами сейчас делаем? Правильно, разминку, зарядку, т. е. ведем активный образ жизни, который способствует укреплению здоровья. (Жюри подводит итоги конкурса и награждает команды грамотами.)

Мальчик:

Человек на свет родился, встал на ножки и пошел!
С ветром, солнцем подружился, чтоб дышалось хорошо!

Девочка:

Приучал себя к порядку, рано утром он вставал.
Бодро делал он зарядку, душ холодный принимал.

Мальчик:

Каждый день он бегал, прыгал, много плавал, в мяч играл,
Набирал для жизни силы, и не ныл он, не хворал.

Девочка:

Спать ложился в восемь тридцать, очень быстро засыпал.
С интересом шел учиться и пятерки получал.
(Мальчик берет в руки корзину, наполненную пакетиками сока.)

Мальчик:

Утром рано все вставайте, душ прохладный принимайте,
На зарядку становитесь, кашей с маслом подкрепитесь!
А в подарок от себя всем призы вручаю я.
(Мальчик раздает всем пакетики с соком.)

Учитель: 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!