

Конкурсно-игровая программа «Путь к здоровью» для воспитанников школы-интерната (1-4 класс)

Цель: Сформировать позитивное отношение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- дать учащимся представление о здоровом образе жизни,
- воспитание чувства коллективизма и бережного отношения друг к другу;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью.

План.

I Организационный момент

Команды заходят в зал, становятся на свои места.

1. Вступление

-Добрый день, участники мероприятия и зрители! Мы собрались здесь, посоревноваться в знаниях и умениях, в ловкости и скорости. Но не это главное в нашей встрече. Мы собрались здесь для того, что бы больше узнать о здоровом образе жизни, крепче сплотиться со своей командой и обрести новых и хороших друзей. Пусть победит сильнейший, а в выигрыше пусть будет наша сплоченность и дружба!

II Основная часть.

Приветствие команд

Команда «Улыбка». Девиз: «Жизнь без улыбки - просто ошибка!»

Команда «Муравьи». Девиз: «Больше дела меньше слов - только так у муравьев!»

Команда «Весельчаки». Девиз: «Ныть и плакать по углам для нас все это просто срам!»

(Жюри оценивает команды по 3-х бальной системе)

Конкурс «Загадок»

(За каждый правильный ответ по 1 баллу).

1) Он - холодный, он - приятный,

С ним дружу давно, ребята,

Он водой польёт меня,

Вырасту здоровым я! **(Душ)**

2)Знаю, есть на свете чудо,

Есть такое волшебство:

Поднесёшь под кран с водою –

Вмиг смывает грязь оно! **(Мыло)**

3)Есть ещё у нас друзья,

Позабыть о них нельзя.

Чтоб красиво улыбаться,

Чаще надо нам встречаться! **(Зубная щётка и паста)**

4) Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязную.

Им утрет потоки слез,

Не забудет и про нос. **(Носовой платок)**

5)Горяча и холодна,

Я всегда тебе нужна.

Позовёшь меня - бегу,

От болезней берегу. **(Вода)**

6) Резинка Акулинка пошла гулять по спинке,

И пока она гуляла, спинка розовою стала. **(Мочалка)**

7) Что бы стать, как бобренок, зубастым. Чищу зубы я лечебной **(пастой)**

8)Зубов много, а ничего не ест. **(Расческа)**

9) Чтобы волосы блестели

И красивый вид имели,

Чтоб сверкали чистотой,

Мною их скорей помой **(Шампунь)**

10) После бани помогаю

Промокаю, вытираю.

Пушистое, махровое,
Чистое и новое. **(Полотенце)**

11) Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. **(Мыло)**

12) Мойдодыру я, родня,

Отверни-ка ты меня,

И холодной водою

Живо я тебя умою. **(Кран с водой)**

13) До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый.

На полу не видно луж,

Все ребята любят. **(Душ)**

14) Что бы здоровье было в порядке,

Не забывайте вы о **(зарядке)**.

15) Объявили бой бациллам

- моем руки часто с **(мылом)**.

Конкурс «Доктор Айболит».

У капитанов команд в руках по одному градуснику (кегли). Напротив каждой команды на стуле сидит ребенок, которому нужно смерить температуру. Первый участник бежит, ставит градусник (кегли) под мышку, возвращается к своей команде. Второй участник бежит, забирает градусник (кегли) у больного и бегом возвращается к команде.

(Команда, которая закончит конкурс первой, получает 3 балла)

Конкурс «Народная мудрость гласит....»

Каждой команде произносится часть пословицы, команда должна правильно закончить фразу.

(За каждую правильно произнесенную пословицу 1 балл)

1. Береги платье снову, **(а здоровье смолоду)**.
2. Быстрого и ловкого болезнь **(не догонит)**.
3. Держи голову в холоде, живот в голоде, **(а ноги в тепле)**.
4. Мал коротыш, **(да крепыш)**.
5. Здоров - скачет, **(захворал – плачет)**.
6. Смолоду закалишься – **(на весь век сгодишься)**.
7. Чистота - **(залог здоровья)**.
8. Укрепится человек - крепче камня, а ослабнет – **(слабее воды)**.
9. Здоровье не купишь – **(его разум дарит)**.
10. Здоровьем слаб, так и духом **(не герой)**.
11. Не рад больной и золотой **(кровати)**.
12. Спи камешком, вставай **(перышком)**.
13. Чистая вода - для хвори **(беда)**.
14. Чаще мойся, воды **(не бойся)**.
15. Здоровые зубы - здоровью **(любые)**.

Конкурс «За полезными продуктами»

В конце зала стоят корзины с продуктами (картофель, яблоки, чипсы, бутылки с газировкой, пакеты соков, морковь, конфеты, анаком, жевательные резинки). Команды становятся в цепочку, капитан берёт с корзины полезные продукты и передаёт по цепочке в другой конец зала в корзину.

(Команда закончившая конкурс и передавшая только полезные продукты получает 3 балла).

Конкурс «Сложи слово».

Командам раздаются конверты с буквами. По команде, ребята должны сложить слова «**Здоровье**», «**Гигиена**», «**Зарядка**».

(3 балла получает команда которая первой составила слово)

Разминка «Неболейка»

Чтобы горло не болело

Мы его погладим смело

(поглаживать шею сверху вниз)

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо носик растирать.

(указательными пальцами растирать крылья носа)

Лоб мы тоже разотрём.

Ладонку держим козырьком.

(Прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны – вместе)

«Вилку» пальчиками сделай,

Массируй ушки ты умело.

(Раздвинуть указательный и средние пальцы и растирать точки перед и за ушами)

Знаем, знаем – да, да, да!

Нам простуда не страшна!

(Потирают ладони друг о друга)

Во время игры жюри подсчитывает баллы, подводит итоги, определяет места.

III Итог.

Наша встреча подошла к концу, и на прощание хочется сказать:

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот и весь секрет!

Праздник нам кончать пора-

Крикнем празднику «Ура»!

Подготовила и провела воспитатель: Эрдниева С.Б