**Сценарий мероприятия «Здоровье-молодость-успех!»**

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

1.Воспитание у обучающихся детей сознательного отношения к укреплению своего здоровья, стремления к правильному питанию, к регулярным занятиям физкультурой и спортом, отказ от вредных привычек.

2. Развитие творческой активности, речи, памяти.

3. Формирование навыков общения в процессе подготовки мероприятия.

**( фанфары)**

**В.** Добрый день, друзья!

Как ваше настроение?

Поднимите все ладошки

И потрите их немножко.

Дружно хлопните раз пять:

1, 2, 3, 4, 5

Продолжайте потирать.

Мой сосед такой хороший –

Я ему пожму ладоши.

Руки вверх поднять пора,

Нашему празднику дружное: «Ура!»

**В.** Мы сегодня к вам пришли

С дружбой и любовью,

Чтобы вспомнить еще раз

В чем секрет здоровья.

Как усталость победить,

С недугом сразиться,

О болезнях позабыть,

Хорошо учиться.

Народная мудрость гласит: «Здоровому все здорово». Вести здоровый образ жизни в наше время модно и совсем не сложно – просто нужно соблюдать основные правила ЗОЖ. В ноябре месяце прошла декадапо профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма, табакокурения, ВИЧ-инфекции, СПИДа «Красота и здоровье». Мы с вами много говорили о том, что нужно делать для того, чтобы избежать вредных привычек и быть красивыми и здоровыми. Давайте вспомним некоторые моменты. (просмотр видео)

**В.** Вы согласны, что всегда

Здоровье беречь нужно всем! (Да)

А чтобы нам с вами не болеть,

Быть всегда молодыми и успешными

Нужно вести ЗОЖ.

«Здоровье-молодость-успех!» так называется наше мероприятие

**В.** Здоровье- хрупкий дар, друзья!

И нам без него прожить нельзя!

А быть здоровыми хотят

И взрослые, и дети!

А что для этого нам нужно

Мы сможем вам ответить.

**«Репка» Театрализованное представление о ЗОЖ**

**В.** Чтоб жизнь счастливую прожить,

Чтоб здоровье сохранить,

Долго не лежи в кроватке,

Утро начинай с зарядки!

Приглашаем всех присутствующихна зарядку. **Флешмоб музыка**

**В.** Чтобы выглядеть здоровым

Нужно сильно постараться

Не только спортом заниматься,

Но и правильно питаться!

**В.** Существуют продукты, которые полезны людям.

Кто мне назовет эти продукты? Это кефир, рыба, овощи фрукты, ягоды и т.д. Но есть продукты, которые вредны для здоровья. Это сахар, чипсы, конфеты, газировка, шоколад в больших количествах. А так же есть продукты, которые не приносят вреда, но не являются полезными, необходимыми для здоровья. Это различные булочки, пирожки, пампушки и т.д. Все полезные продукты снабжают организм энергией, чтобы можно было двигаться, играть, заниматься, помогают организму расти, питают его витаминами. Особенно много витаминов содержится в овощах и фруктах.

**В.**  *А сейчас мы поиграем в игру,* **«Вершки и корешки»**

Попрошу вас встать с ваших стульев. Я буду называть овощ. Если мы у него едим то, что растёт над землёй, то руки поднимаем вверх – это «вершки», а если едим то, что растёт под землёй, то приседаем – это «корешки». Будьте внимательными! *(называют овощи:* огурец, картофель, капуста, морковь, перец, кабачок, свёкла, укроп, редис, лук, репа). Молодцы! Садитесь на свои места.

**Игра «Полезный и не полезный»**

А сейчас мы проведём игру, в ходе которой повторим названия полезных и не полезных продуктов. Условия игры: Я буду называть продукты питания. Если услышите полезный продукт – хлопайте в ладоши; если назову продукт, который не является полезным, хотя он и вкусный, топайте.  
Итак: *Яблоко, торт, огурцы, рыба, конфеты, морковь, творог, жвачка, свёкла, лимонад, клюква, винегрет, зефир, мармелад, сыр.*  
Молодцы, все продукты определили правильно.

Ешьте овощи и фрукты,

И полезные продукты.

В них так много витаминов

Всем нам так необходимых!

**(Под музыку выходит Гигиена)**

**Г.** Добрый день! Я – **Чистота**!

С вами быть хочу всегда.

Сначала познакомлюсь с вами,

Чтобы стали мы друзьями!

**В.** Вот Наташа, Коля, Валя

Вот Серёжа, Света, Галя

Костя, Вова, рядом Лена

А как вас звать?

**Г.** Гигиена!

Я пришла вас научить,

Как **здоровье сохранить**.

Много грязи вокруг нас,

И она в недобрый час

Принесёт вам вред, болезни,

Но я вам дам совет полезный:

Мой совет совсем не сложный –

С грязью будьте осторожны!

**В.** Госпожа Гигиена! Как же бороться с грязью?

**Г.** Есть очень надёжные друзья и помощники. Отгадайте кто они:

1. Мягкое, пушистое

Беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой

Буду чистый и сухой (Полотенце)

1. Как ты выглядишь красиво!

Симпатично, очень мило,

Аккуратная причёска –

Помогла тебе… (Расчёска)

1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне:

Пусть отмоет руки мне. (Мыло)

1. В ванной дождик поливает,

Он грязнулей отмывает.

Дождь прошел, но нету луж.

Догадались? Это…(Душ)

**Г.** Вот вы и догадались кто мои друзья и помощники

Я желаем вам, ребята,

Быть **здоровыми всегда**,

Но добиться результата

Невозможно без труда.

**Постарайтесь не лениться**,

Каждый раз перед едой

Прежде, чем за стол садиться,

Руки мойте вы водой!

**В.** Здоровье- это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Но как часто мы, растрачиваем этот дар попусту и увлекаемся вредными привычками. Например курением.

Если будешь ты курить,

Тебе долго не прожить.

Ребятишки не курите,

И здоровье берегите.

Дети, помните всегда:

Сигаретный дым – беда!

С сигаретами не знайтесь,

Лучше спортом занимайтесь!

Если хочешь долго жить,

То не начинай курить:

Будешь крепок и здоров,

Позабудешь докторов!

**Игра «Проверь свои легкие»** (кто быстрее надует шар) **музыка**

**В.** Как здоровье сохранить?

Научись его ценить!

Курить мы не будем нигде, никогда.

Всё замечательно будет тогда!

**Частушки**

Ах, Таня, Таня взрослую

Хотела Таня быть.

Сигарки с папиросками

Взялась она курить.

И быстро стала взрослою,

Взрослей на сорок лет:

Отдышка, зубы желтые

И тусклый кожи цвет.

**Все.** Не может быть!

**Солист1.** Представь себе!

Простых девчонки след.

А это наш Серёженька

Ест чипсы на обед.

Глотает он пирожные,

А суп и кашу нет.

Сухарики и семечки

Он газводой запьет,

И вот уж в двери класса он

И боком не войдет.

**Все.** Не может быть!

**Солист 2.** Представь себе!

И боком не войдет!

Алена, Миша и Артем

Не спали по ночам.

Играли в игры, но а днем

Зевали тут и там

И двойки сыпались в дневник,

Ведь им хотелось спать.

Заснув случайно у доски,

Так трудно отвечать.

**Все.** Не может быть!

**Солист 3.** Представь себе!

Ведь ночью надо спать!

А Дима спортом увлечен:

И теннис и хоккей,

И в классе самый быстрый он,

И нет его ловчей.

Вот на соревнование

От школы ездил он,

Вернулся в класс с медалями.

Наш Дима – чемпион.

**Все.** Не может быть!

**Солист 4.** Представь себе!

Наш Дима- чемпион!

Наталья с маникюрчиком,

Да только вот беда:

Она не мыла рученьки

Нигде и никогда.

И вот на Новогодний бал

Весь класс ее спешит,

А та С дизентериею

В больнице пролежит.

**Все.** Не может быть!

**Солист 5.** Представь себе!

Весь месяц пролежит!

А одноклассник наш Иван

Всегда всем говорил.

О том, что к стоматологу

Без страха он ходил.

И чистить зубы каждый день

Иван не забывал.

Теперь улыбкой он девчат

Сражает наповал.

**Все.** Не может быть!

**Солист 6.** Представь себе!

Сражает наповал!

Хранить здоровье и крепить

Всем нужно с детских лет.

Чтоб было радостнее жить,

Скажи болезням «нет!»

Пусть вредные привычки нас

Обходят стороной.

Стоит здоровье крепкой

Нерушимою стеной.

**В.** О своем здоровье люди заботятся с давних времен. Много замечательных пословиц и поговорок создал великий русский народ о здоровье. А теперь давайте вспомним некоторые из них. Я буду начинать, а вы все вместе продолжать.

В здоровом теле здоровый дух.

Курить здоровью вредить.

Здоровье всего дороже.

Здоров будешь все добудешь.

Здоровье дороже денег.

Болен - лечись, а здоров берегись.

Береги платье с нову, а здоровье смолоду.

**В.** Хранить здоровье смолоду –

Даем мы вам совет

И, что полезно, делайте,

А то, что вредно, нет!

**В.** Здоровье – не оценимое богатство в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранять подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Так будьте все здоровы!

И на прощание споем дружно песню о здоровье.

**Общая финальная песня: «Чунга-Чанга»**

1.Чудо средство для здоровья есть

Все по пальцам можно перечесть:

Гигиена -это будет раз,

Настроенье-как у нас сейчас!

Припев:

Это два, а три -зарядка.

Чтобы было всё в порядке,

Надо спортом заниматься, закаляться.

А четыре-витамины,

Для болезней нет причины,

Надо только очень, очень постараться.

2. Сможем мы здоровье накопить,

Чтоб нам стало радостнее жить,

Чтоб заботу мы смогли с тобой

Подарить планете голубой.

Припев:

Чтобы реки не мелели,

Родники чтоб звонко пели,

Чтобы всех зверей согрели мы любовью.

Чтоб здоровы были дети

На счастливой на планете,

Мы желаем всем и каждому здоровья!

**В.** На этом наше мероприятие окончено. Всем спасибо за внимание.