**Сценарий интеллектуально - творческой программы "Здоровым быть здорово!", посвященной неделе здоровья.**

Учитель: Добрый день, дорогие ребята и уважаемые учителя! Мы рады видеть вас на нашей интеллектуально - творческой программе «Здоровым быть здорово!», посвященной Неделе 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? (Ответы детей).

Учитель:

Чтобы были мы красивы, чтобы не были плаксивы,

Чтоб в руках любое дело дружно спорилось, горело…

Чтобы громче пелись песни, чтоб жилось нам интересней…

Нужно сильным быть, здоровым.

Сегодня на нашей программе мы постараемся доказать друг другу и самим себе, что здоровым быть здорово! В игре участвуют 3 команды учащихся 4-х классов Средней школы № 1. Приветствуем участников: первый игровой столик – команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_; второй игровой столик – команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_; третий игровой столик – команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. В каждой команде по 8 человек. Следить за нашим конкурсом будет строгое жюри в составе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Итак, начинаем нашу конкурсную программу.

Первый конкурс "Визитка" - представление команды, капитана, девиз. ( 4 "В" - песня)

Второй конкурс - разминка называется "Народная мудрость".

С давних времён наши предки замечали, что помогает сохранить здоровье, а что разрушает нашу жизнь. Народная мудрость накопила немало пословиц и поговорок на тему здорового образа жизни. Хорошо ли вы ориентируетесь в них, покажет конкурс. На листочках начало поговорок и пословиц, ваша задача их закончить (соединить стрелочками начало и конец). (за каждую правильно составленную пословицу – 1 балл).

Здоров будешь - всё добудешь.

Здоров — скачет, захворал — плачет.

Здоровье приходит днями, а уходит часами.

В здоровом теле – здоровый дух.

Здоровьем слаб, так и духом не герой.

Береги платье снову, а здоровье смолоду.

Здоровый человек – богатый человек.

Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень ест.

Та душа не жива, что по лекарям пошла.

Курить – здоровью вредить.

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Здоров будешь… 2. Здоров — скачет,… 3. Здоровье приходит днями, … 4. В здоровом теле … 5. Здоровьем слаб, … 6. Береги платье снову, … 7. Здоровый человек… 8. Больному и мед не вкусен, … 9. Та душа не жива, … 10. Курить … | 1. … – здоровью вредить.  2. …так и духом не герой.  3. … а уходит часами.  4. …а здоровый и камень ест.  5. …– здоровый дух.  6. …- всё добудешь.  7. …а здоровье смолоду.  8. …– богатый человек.  9. …что по лекарям пошла.  10. захворал — плачет. |

Впишите правильные ответы:

1-…

2-…

Третий конкурс «Спорт – наш лучший друг»

Ведущий. Тематика этого конкурса - спорт. Поэтому заданием следующего конкурса будет соотнести между собой название видов спорта и спортивный инвентарь, который в нем используется. За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

Назовите вид спорта, в котором используется этот предмет.

А сейчас творческая пауза в нашей программе – ученики 4 «В» класса приготовили для вас советы. А вот полезны они будут или нет, решать вам! Встречайте!

Четвертый конкурс "Витамины для здоровья!". В кроссворде **зашифрованы названия фруктов, овощей и ягод. Найдите и запишите как можно больше ягод, фруктов и овощей (максимальное кол-во баллов - 16 баллов).**

**МУЛЬТФИЛЬМ**

Игра с залом

А пока наши участники работают с этим заданием, мы с вами тоже время терять не будем и поговорим о здоровье!

**Учитель:** Ребята! Поднимите, пожалуйста, руки те, кто хоть раз в своей жизни болел. 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! А как вы думаете, зачем нужно соблюдать режим дня? Сейчас я буду читать вам начало фразы, а вы должны ее закончить.

Стать здоровым ты решил.

Значит, выполняй……(**режим**).

Утром в семь звенит настырно.

Наш веселый друг…. (**будильник**).

На зарядку встала вся.

Наша дружная …...(**семья**).

Режим, конечно, не нарушу –

Я моюсь под холодным …..(**душем**).

Поверьте, мне никто не помогает,

Постель я сам …..(**застилаю**).

После душа и заправки.

Ждет меня горячий …..(**завтрак**).

После завтрака всегда

В школу я бегу….(**друзья**).

В школе я стараюсь очень:

С лентяем спорт дружить…. (**не хочет**).

Ну вот, ура! Звенит звонок!

Последний кончился ….(**урок**).

С пятерками спешу домой.

Сказать, что я всегда….(**герой**).

Всегда я мою руки с мылом,

Не надо звать к нам ….(**Мойдодыра**).

После обеда можно спать,

А можно во дворе ….(**играть**).

И в мороз, и в жару.

На улице играть…. **(люблю**).

Мяч, скакалка и ракетка,

Лыжи санки и коньки –

Лучшие друзья….(**мои**).

Мама машет из окна

Значит, мне домой….(**пора**).

Теперь я делаю уроки,

Мне нравиться моя….(**работа**).

Я важное закончил дело.

И погулять иду я ….(**смело**).

Смотрит к нам в окно луна,

Значит, спать давно….(**пора**).

Я бегу скорей под душ,

Мою и глаза, и уши.

Ждет меня моя кровать.

“Спокойной ночи!” –

Надо….(**спать**).

Вы большие молодцы! Запомните эти правила и будьте всегда здоровы!

Пятый конкурс "Скорая помощь".

Вед: - Вам, ребята, предстоит решить несколько медицинских задачек - ситуаций и подумать, как бы вы поступили в каждой из них!

1 ситуация: Мальчика покусала неизвестная собака. При осмотре: на обеих нижних конечностях множественные раны. Как вы поступите в этом случае? Что нужно сделать сначала, а что потом?

2 ситуация: Во время урока физкультуры девочка подвернула стопу, возникла резкая боль. При осмотре: припухлость, болезненность, отёк. Какое повреждение можно предположить? Надо ли обращаться к врачу?

3 ситуация: Мальчик пролил себе на ноги кипяток. При осмотре: кожа на стопах ярко - красного цвета, в центре - пузыри с прозрачным содержимым, боль. Как вы думаете, какая помощь должна быть оказана мальчику до приезда скорой помощи?

Шестой конкурс "Здоровое буриме".

Учитель: - Ребята, я предлагаю вам конкурс «Буриме» - попробуйте своей командой сочинить стихотворение ,которое должно быть связано со здоровым образом жизни.

Буриме.

……………………с зарядки,

…………………... в порядке.

……………………….всегда,

……………………….холода.

……………с физкультурой,

…………………….хмурым.

……………………...здоров,

……………………докторов.

……………………..любить,

…………….………… быть.

………………… закаляться:

………………… обливаться.

***Пример буриме:***

***Если день начать с зарядки,***

***Значит будет все в порядке.***

***Здоровы будем мы всегда,***

***Не страшны нам холода.***

***Если дружишь с физкультурой,***

***Никогда не будешь хмурым.***

***Будешь весел и здоров,***

***Знать не будешь докторов.***

***Каждый должен спорт любить,***

***Чтоб здоровым, сильным быть.***

***С детства нужно закаляться:***

***Водой холодной обливаться.***

А сейчас вновь творческая пауза в нашей программе. Для вас выступят ученики **4 "А" и 4 "Б" класса - частушки. Встречайте!**

Седьмой конкурс - конкурс капитанов "Пункт "Театральный".

Капитану каждой команды будет необходимо разыграть несколько ситуаций. В этом конкурсе оценивается ваше актерское мастерство и фантазия. Кто лучше справится, тот принесет своей команде 1 балл.

***Примеры ситуации***

***Изобразите ситуацию, самочувствие и внешний вид человека после:***

***- сытного обеда, съевшего несколько порций.***

***- долгой игры за компьютером или «зависания» в Интернете.***

***- чрезмерно длительного и агрессивного катания на роликах.***

Восьмой конкурс - Домашнее задание.

Каждой команде необходимо рассказать (представить рекламу) о своей рекламе здорового образа жизни, которую вы подготовили заранее.

Девятый конкурс - "Затанцуйся!".

Вед: - Ребята, все вы знаете, что здоровье - это не только правильное питание и режим дня, но и подвижный образ жизни! Движение - это здоровая жизнь! Поэтому сейчас я предлагаю вам немножко подвигаться и получить заряд здорового хорошего настроения!

Вам необходимо выбрать двух человек от команды и образовать среди них круг - резиночка!

Вед: Ну, что же, вот и подошла к концу наша игра. Сейчас нашему строгому, но очень справедливому жюри необходимо подвести ее итоги. И пока жюри подсчитывает ваши баллы, для вас еще один ***творческий подарок от учеников 4 - ых классов - песня! Встречайте!***

**(Жюри подводит итоги конкурса и награждает команды грамотами.)**

**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!