

Муниципальная бюджетная общеобразовательная школа-интернат
«Общеобразовательная школа-интернат
среднего общего образования № 17»
«Юные спасатели МЧС»

Методическая разработка
сценария праздника в начальной школе
«Путешествие в страну Здоровей – кА»

Выполнили:
Шайхатарова Валентина Викторовна
учитель начальных классов
школа – интернат № 17
Tokacheva110@mail.ru

г. Верхняя Салда
2025г

Пояснительная записка.

Здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к своему собственному здоровью нужно воспитывать с самого детства. Проблема сохранения здоровья остается самой острой проблемой общества. Современный человек все более осознает необходимость в здоровом образе жизни, личной активности и улучшении здоровья.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем больше внимания обращать на их здоровье, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут в большей степени здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Поэтому мы в своей школе часто стараемся проводить разные мероприятия, направленные на укрепление здоровья.

Данная методическая разработка ««Путешествие в страну Здоровей – кА»» предназначена для проведения праздника в начальной школе. В разработке присутствуют элементы здоровьесберегающих технологий. Разработка призвана помочь классным руководителям, педагогам дополнительного образования, заместителям директора по воспитательной работе в подготовке к классным часам, открытым мероприятиям в рамках воспитательной работы в школе.

Актуальность и практическая значимость методической разработки заключается в формировании навыков здорового образа жизни у учащихся 1-4 классов. Мероприятие направлено на сохранение здоровья учащихся и составлено с учетом их возрастных, психофизических особенностей в соответствии с физиолого-гигиеническими нормами. Содержание мероприятия максимально приближено к реальным условиям жизни и деятельности детей.

Цель мероприятия: сохранение и укрепление здоровья детей через приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Сформировать у ребят необходимые знания, умения и навыки по правилам здорового образа жизни, уметь использовать полученные знания в повседневной жизни;
2. Способствовать укреплению здоровья детей во время учебного процесса и во внеурочной деятельности;
3. Развивать навыки сотрудничества;
4. Способствовать сплочению детского коллектива, формируя нравственные качества учеников: умение дружить, общаться.

Место проведения: МБОУ № 17, актовый зал. Зал украшен воздушными шарами, плакатами и детскими рисунками на тему «Быть здоровым здорово!»

Время проведения: вторая четверть (1 час)

Участники: учащиеся 3-4 классов, педагоги, родители, болельщики, жюри.

Используемые методы:

1. Словесный (выступления ведущих и участников мероприятия);
2. Наглядный (использование плакатов, фотографий, книг, рисунков на данную тему);
3. Практический (игровые задания, загадки).

Форма проведения: командная игра среди учащихся.

Оборудование, оформление:

Тематические плакаты о здоровье; выставка книг, посвященных ЗОЖ; плакат с девизом мероприятия; музыкальная аппаратура; мультимедийный комплект (проектор+компьютер+экран); раздаточный материал «Пословицы и поговорки»; таблицы с рекомендациями по сохранению здоровья; карточки с режимными моментами, карточки для пантомимы.

Методические рекомендации на подготовительный период:

Команды создаются еще при подготовке к мероприятию. От каждого класса формируются команды по 5 человек. Игроки придумывают заранее название и девиз своей команды. Все группы должны быть готовы к торжественному открытию мероприятия. Вместе с командой к мероприятию готовятся болельщики. Коллективная работа перед соревнованиями очень

важна: дети почувствуют поддержку друг друга. Они готовят плакаты с высказываниями в поддержку своих команд. В 3-4 классах проводится конкурс рисунков на тему «Здоровым быть здорово». Творческая группа готовит частушки.

Сценарий мероприятия

Ход мероприятия.

Ведущий:

Приветствуем всех, кто время нашел
И в школу на праздник здоровья пришел!
Пусть зима стучит в окно,
Но в зале у нас тепло и светло!
Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь.
И набираем, естественно вес!
Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,
Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,
А с ними порядок, уют, чистота,
Эстетика. В общем, сама красота!
Здоровье свое сбережем с малых лет.
Оно нас избавит от болей и бед.

Перед вами «Дерево здоровья». В ходе выполнения задания команда получает баллы-яблоки, которые крепятся на дерево. После каждого конкурса на доску прикрепляются таблицы рекомендациям по сохранению здоровья, таким образом, составляется схема «Чтобы быть здоровым, нужно...»

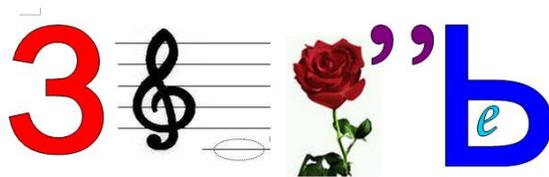
I конкурс «Будем знакомы»

Команды представляют свое название, девиз, эмблему.

Представление команд (Команды по очереди показывают свои эмблемы и говорят девизы)

Разминка

- О чём мы будем сегодня говорить, вы узнаете, если разгадаете ребус.



Хором читают слово: здоровье

Ведущий: Здоровье-это главная ценность в жизни человека. Его не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на создание. И на преодоление жизненных задач, не сможете полностью реализоваться в современном мире.

-А что значит быть здоровым? Как вы это понимаете?

Ответы детей: Здоровый человек – это крепкий, здоровый, выносливый, ловкий, стройный и т.д.

Ведущий: Здоровый человек – это состояние полного душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или повреждений.

(Вывешивается табличка: «Делать зарядку»)

II конкурс «Единомышленников»

Капитану команды выдается листок. Задание – написать, какое правило (какое действие) соблюдают дети для сохранения здоровья. Далее, общаясь с другими участниками-зрителями он собирает подписи(отметки)тех, кто соблюдает те же правила. *Примечание:* Нельзя использовать отрицание, например (Я не курю) и т.д.

Ведущий объявляют о том, что участники команд и зрители считают наиболее важным для сохранения здоровья. Количество подписей подсчитывает жюри.

Ведущий: Все эти советы помогут вам формированию одной, самой нужной и необходимой человеку привычке – сохранять свое здоровье. Привычка – это поведение, образ действий, ставшие обычными, постоянными.

Ведущий: Недаром ведь есть такая пословица: «Посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер, пожнешь судьбу».

(Вывешивается табличка «Береги своё здоровье»)

III конкурс «Режим»

Задание: каждая команда получает карточки с режимными моментами. Пока играет музыка необходимо вставить в правильном режимном порядке.

7:00-подъем	13:00-прогулка
7:15-зарядка	14:00-домашнее задание
7:30-завтрак	16:00-отдых
8:30-13:15-уроки (школа)	19:00-ужин
12:00-обед	21:00-сон

Ведущий: Внимательное отношение к своему здоровью и соблюдение режима дня – залог вашего здоровья! Каждый из нас при рождении получается замечательный подарок – здоровье. Поэтому привычка сохранять здоровье – это залог нормальной жизни для человека. А сформироваться эта привычка сможет только тогда, когда сам человек постоянно и регулярно заниматься тем, что приносит ему пользу.

(Вывешивается таблица «Соблюдай режим дня»)

IV конкурс «Здоровье»

Нужно на каждую букву этого слова придумать и записать слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни. За каждое правильно подобранное слово дается балл.

З- здоровье, закалка, зарядка.

Д- диета, диетолог.

О- отдых

Р- режим, рюкзак.

В- вода, врач, витамины.

Е- еда

(Вывешивается карточка: «Соблюдай правильное питание»)

Игра с болельщиками

В этой игре проверяется внимание. Слушайте вопросы, которые задает ведущий. Если ответ отрицательный то се молчат, а если положительный отвечают хором фразой: «Это я, это я, это все мои друзья!»

- Кто ватагою веселой

Каждый день шагает в школу?

- Знает кто, что красный цвет

Означает: хода нет.

- Кто из вас из малышей,

Ходит грязный до ушей?

- Кто любит маме помогать,

По дому мусор рассыпать?

- Кто одежду бережёт,

Под кровать её кладёт?

- Кто ложится рано спать

В ботинках грязных на кровать?

- Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

- Кто, из вас идя, домой,

Мяч гонял по мостовой?

- Кто любит в классе отвечать,

Аплодисменты получать

V конкурс «Собери пословицу».

Команды получают листы с заданием, на которых они должны стрелками соединить пословицы. Одну из пословиц на выбор команды должны объяснить

В здоровом теле	здоровым быть
Чисто жить	не купишь
Здоровье за деньги	богатство
Здоровье дороже	здоровый дух
Чистота –	залог здоровья

(Вывешивается карточка: «Веди здоровый образ жизни»)

VI конкурс «Друзья здоровья»

Отгадать загадку, о том, что является друзьями здоровья. Командам загадываются загадки. Если никто из команды не отгадал, то очередь переходит следующей команде.

1. Две сестры летом зелены,

К осени одна краснеет,

Другая чернеет (смородина)

2. Каротином он богат

И полезен для ребят.

Нам с земли тащить не вновь

За зеленый его хвост (морковь)

3. Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые

Я маленькие детки (яблоко).

4. Кинешь в речку – не тонет,

Бьёшь о стенку – не стонет,

Будешь о зимь кидать,

Станет кверху летать (мяч)

5. Деревянные кони по снегу скачут,

В снег не проваливаются (лыжи).

6.Этот конь не ест овса,

Вместо ног два колеса.

Сядь верхом и мчись на нём

Только лучше правь рулём

(велосипед).

7.Костяная спинка, жёсткая
щетинка

С мятной пастой дружит,

(Вывешивается карточка: «Занимайся спортом»)

VII конкурс пантомимы «Уборка квартиры».

Изобразить какую домашнюю работу я делаю:

1.Подметаю пол.

2.Вытираю пыль с мебели.

3.Мою посуду.

Нам усердно служит (зубная щётка).

8. Резинка Акулинка – пошла,
гулять по спинке,

Собирается она – вымыть спинку до
красна (мочалка).

9. Лёг в карман и караулит –

Рёву, плаксу и грязнулю,

Им утрёт потоки слёз, не забудет и
про нос (носовой платок).

(Вывешивается карточка: «Соблюдать правило гигиены»)

Музыкальная пауза. Частушки

1. Мы частушек много знаем,

И хороших и плохих.

Хорошо тому послушать

Кто не знает никаких.

2. Поленился утром Ваня

Причесаться гребешком,

Подошла к нему корова

Причесала языком.

3. Я под краном руки мыла

А лицо умыть забыла,

Увидал меня Трезор,

Закричал: «Какой позор».

4. Пользуюсь пылесосом.

5.Накрываю стол.

6.Стираю и развешиваю бельё.

4. Жизнью я довольна очень,

И пою я и пляшу,

Потому что днём и ночью

Свежим воздухом дышу.

5. Помни лозунг ты такой:

«Руки мой перед едой»

Чтобы это не забыть

Надо снова повторить.

6. Всем ребятам мы желаем

Не стареть и не болеть.

Больше спортом заниматься

Чувство юмора иметь.

Блиц турнир для капитанов

Ведущий: «Здоровье не купишь – его разум дарит» - под таким девизом мы проводим блиц - турнир. За быстрый и правильный ответ капитан приносит своей команде бал. Жюри в это время проводит итоги проведённых конкурсов.

1.Весной растёт, летом цветёт

Осенью осыпается

А цветок – не медок,

Лечит от гриппа, кашля и хрипа.

(Липа)

2.Растёт она вокруг

Она и враг и друг.

Как иглы – волоски

Покрыли все листки.

Сломи хоть волосок

У каплет едкий сок

На кожу – хоть ори!

Ой,ой,ой – волдыри!

Но если дружишь с ней –

Ты многих здоровей;

В ней витаминов - клад

Весной её едят. (Крапива)

3.Есть корень кривой и рогатый,

Целебную силой богатый,

И может, два века он ждёт человека

В чащобе лесной под кедровой
сосной.

(Женьшень)

4.почему я от дороги

Далеко не уйду?

Если ты поранишь ноги

Я им помощь окажу.

Приложу ладошку к ране,

Боль утихнет, и опять

Будут ноги по дороге

В ногу с солнышком шагать.

(Подорожник)

5.Травка та растёт на склонах,

И на холмиках зелёных

Запах крепок и душист,

А её зелёный лист,

Нам идёт на чай

Что за травка? Отгадай! (Душица)

Подведение итогов.

Дети считают количество яблок, заработанные командами. Подводятся итоги игры. Объявляются победители. Команды награждаются грамотами и ценными призами.

Рефлексия.

Ведущий: Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, энергию и достичь долголетия.

Надеемся, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из неё. Ведь «Здоров будешь – всё добудешь!» Так что будьте здоровы!

Методические рекомендации организаторам:

Для каждой команды заранее готовится нарисованная яблоня и прикрепляется на магнитную доску. Это дерево называется «Дерево здоровья». В ходе выполнения задания дети получают баллы – яблоки, которые крепят на дерево. После каждого конкурса на доску прикрепляют таблицы с рекомендациями, по сохранению здоровья, таким образом, составляется схема «Чтобы быть здоровым, нужно...»

Жюри формируется из числа преподавателей и учащихся школы.

Методические рекомендации по подведению итогов:

Жюри объявляют и награждают команды – победителей. Команды, занявшие 1,2 и 3 место, награждаются грамотами и ценными подарками. Также награждаются победители конкурса рисунков на тему «Быть здоровым здорово!»

Литература

Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2004г.

Куценко Г. И., Новиков Ю.В. Книга о здоровом образе жизни. – СПб., 1997.

Тематические классные часы в начальной школе: как вести себя в школе и дома /авт. – сост. О.В.Павлова. – Волгоград: Учитель, 2007г.

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт начального общего образования, Просвещение, 2012г.

Интернет-ресурсы

Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста

<http://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-predsta...>

Здоровый образ жизни

<http://moh-school.ru/school life/healthy life/>

анимация и мультимедиа (электронный режим). – Режим доступа:

<http://керби-дизайн.рф/design/media.aspx>.

Загадки [сайт «1 сентября»] – URL:

festival.1september.ru/articles/622098/pril11.doc

Загадки [сайт «Гугу»] – URL: http://www.gugunet.de/datein/3s_z_sport.html