

**Внеклассное мероприятие во втором классе  
«Праздник здоровья»  
учителя начальных классов МАОУ СОШ № 73 Шеремет Юлии Алексеевны**

**Ход мероприятия**

**Слайд 1.**

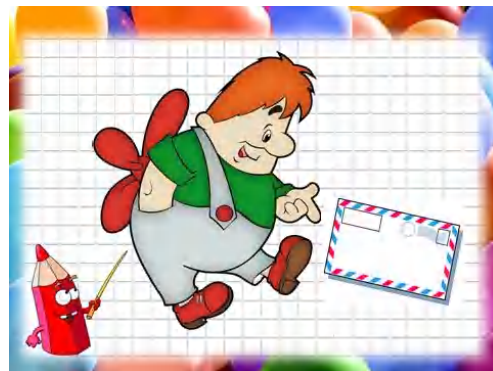
**Учитель:** Приветствую всех, кто время нашёл  
И в школу на праздник здоровья пришёл!  
Пусть зима стучит в окно,  
Но в зале у нас тепло и светло!  
Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь.  
И набираем, естественно вес!  
Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,  
Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,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



-Здравствуйтесь, дорогие друзья! Я говорю вам «здравствуйтесь», а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Задумывались вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека – самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье лишь тогда, когда его теряем.

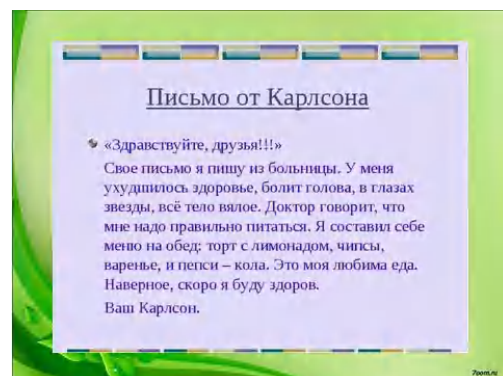
**Слайд 2.**

И сегодня нам прислал письмо очень известный литературный герой Карлсон:



**Слайд 3.**

«Здравствуйтесь, друзья! Своё письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье: болит голова, в глазах звёздочки, всё тело вялое. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и пепси-кола. Это моя любимая еда. Наверное, скоро я буду здоров. Ваш Карлсон»



## Слайд 4.

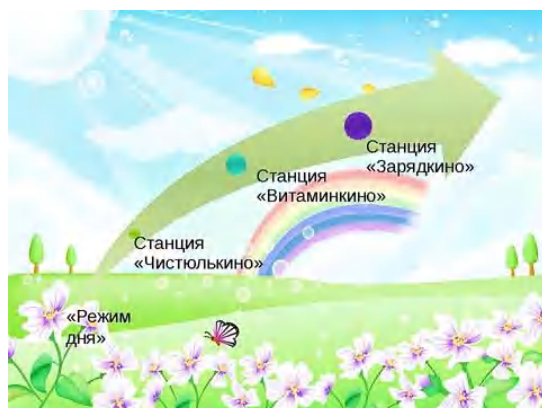
-Как вы думаете, почему Карлсон попал в больницу? Правильное ли меню составил?



Чтобы помочь Карлсону в ответе мы отправимся в путешествие по стране «Здоровье». В этой стране нас ждут различные станции. Мы побываем на ст. У Мойдодыра, ст. Чистюлькино, ст. Зарядкино, ст. У Айболита, ст. Витаминная и ст. Подарочная.

## Слайд 5, 6.

**Учитель:** - А какой транспорт вы выбираете: самолет, поезд, автобус или отправимся пешком? (после обсуждения



ребята отправляются пешим ходом, так как это полезно для здоровья).

**Учитель:** - Итак, в путь! Сначала проведём разминку.

**“Разминка”** Задание: (ответить быстро на вопросы)

## Слайд 7.

- Зимняя спортивная игра. (хоккей)
- Летние коньки. (ролики)
- Главный признак травмы. (боль)
- Наиболее продуваемая часть тела. (уши)
- Куда надо забить гол? (ворота)
- Коричневая обеззараживающая жидкость. (йод)
- Главный человек на площадке. (судья)
- Летающий шприц. (комар)
- Вредная привычка. (курение)
- Пчела в тельняшке. (оса)
- Простейший способ очистки воды. (кипячение)



**Учитель:** - Итак, в путь! Вот мы на станции «У Мойдодыра».  
А посмотрите, кто это нас встречает?

## Слайд 8.

Знаменитый Мойдодыр –  
Великий Умывальник,  
Умывальников начальник.  
И мочалок командир.

-Он приготовил для вас задания. Кто правильно их выполнит, будет принят в общество друзей здоровья. И отправится дальше путешествовать по стране «Здоровье»



## Первое задание

### Загадки(2 «Д»)

## Слайд 9.

1.Гладко, душисто,  
Моет чисто.  
Нужно, чтобы у каждого было...  
Что, ребята ... (мыло)

2.Костяная спичка,  
На брюшке щетинка,  
По частоколу попрыгала,  
Всю грязь повыгнала (зубная щётка).

3.Белый- белый порошок  
Между зубок – скок, поскок.  
Заблестели зубки,  
Раскраснелись губки (зубная щётка).

4.Целых 25 зубков  
Для кудрей и хохолков,  
И под каждым под зубком  
Лягут волосы рядком (расческа).

5.Лег в карман и караулю,  
Рёву, плаксу и грязнулю.  
Им утру потоки слёз,  
Не забуду и про нос (носовой платок).



## Второе задание

## Слайд 10.

### "Закончи предложение"

- Чистить зубы надо ... (два раза в день, утром и вечером)
  - Всегда мыть руки ... (с мылом)
  - Никогда не есть невымытые ... (овощи и фрукты)
  - Во время еды нельзя ... (разговаривать)
- Учитель: - А теперь Мойдодыр хочет с вами поиграть.





## Игра «Это я, это я, это все мои друзья»(2 «А»)

### Слайд 11.

-Я называю двестише. Если вы с ним согласны, говорите хором: «Это я, это я, это все мои друзья». Если не согласны – молчите.

- Кто из вас всегда готов

Жизнь прожить без докторов? (дети: «Это я, это я, это все мои друзья»)

- Кто не хочет быть здоровым, Бодрым, стройным и веселым? (дети молчат)

- Кто из вас не ходит хмурым, Любит спорт и физкультуру? («Это я, это я, это все мои друзья»)

- Кто мороза не боится.

На коньках летит, как птица? («Это я, это я, это все мои друзья»)

-Ну а кто начнет обед –

С жвачки импортной, конфет (дети молчат)

- Кто же любит помидоры, Фрукты, овощи, лимоны? («Это я, это я, это все мои друзья»)

- Кто поел - и чистит зубки

Ежедневно дважды в сутки? (Это я, это я, это все мои друзья)

- Кто из вас из малышей

Ходит грязный до ушей? (дети молчат)

- Кто согласно распорядку

Выполняет физзарядку? (Это я, это я, это все мои друзья)



### Слайд 12.

- А сейчас мы отправимся на **станцию Чистюлькино**.

**Ученик:** -В нашей школе есть закон: Вход неряхе запрещен.

**Учитель:** – Среди вас, ребята, нерях нет. Потому что мы все хорошо знаем следующие правила:

– чистота – залог здоровья;

– грязь и неряшливость в одежде – это пренебрежение к своему здоровью.



– нечистоплотность - это неуважение не только к самому себе, но и к окружающим людям.



### Слайд 13.

#### Игра «Что нужно, что не нужно!»

Дети приклеивают утверждения в два столбика: «Что надо, что не надо»

№	Что надо делать	Что не надо делать
1	Трудиться	Лениться
2	Закаляться	Простужаться
3	Делать зарядку	Мало двигаться
4	Регулярно питаться	Голодать
5	Одеваться по погоде	Много есть

**Учитель:** - Путешествие продолжается. А сейчас мы отправимся на станцию **Зарядкино**.

### Слайд 14.

Лучшего средства от хвори нет: делай зарядку до старости лет.

Звучит музыка о зарядке. Дети читают стихи и выполняют под музыку упражнения.

**Спортивный танец – песня**

### Слайд 15.

**Учитель:**

- Следующая станция «У Айболита».

А сейчас я дам совет –

Вовремя пей, вовремя ешь –

Будешь до старости крепок и свеж.

– Ребята, с пищей человек получает все вещества, необходимые для роста и развития организма, и для пополнения затраченной энергии. А знаете ли вы, что нужно для роста молодого организма?

1. За кудрявый хохолок (2 «Б»)

Лису из норки поволоку.

На ощупь – очень гладкая,

На вкус – как сахар сладкая. (Морковь)

2. Синий мундир,



Теплая подкладка,

А в середине сладко. (Слива)

3. Золотая голова –

Велика, тяжеля –  
Золотая голова –  
Отдохнуть прилегла.  
Голова велика,  
Только шея тонка. (Тыква)

4. Уродилась я на славу  
Голова бела, кудрява.  
Кто любит щи,  
Меня ищи. (Капуста)

5. Черных ягод пышный куст –(2 «В»)  
Хороши они на вкус! (Смородина)

6. Яркий, сладкий, налитой,  
Весь в обложке золотой.  
Не с конфетной фабрики,  
А из далекой Африки. (Апельсин)

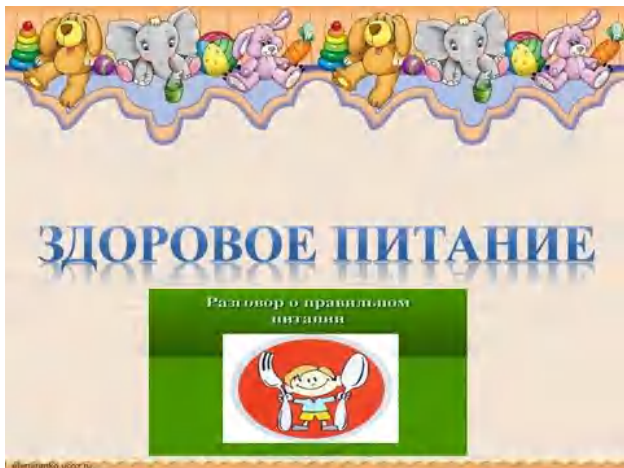
7. Была зеленой, маленькой,  
Потом я стала аленькой.  
На солнце почернела я,  
И вот теперь я спелая. (Вишня)

8. Растут на грядке  
Зеленые ветки,  
А на них красные детки. (Помидоры)

### Слайд 16.

-Учитель: Молодцы, ребята! Правильно отгадали  
все овощи и фрукты.

### Слайд 17.



### Слайд 18.

**Игра «Составь режим дня»**

*Дети собирают по порядку слова и составляют режим дня*



**Зарядка(2), сон(11), ужин(10), школа(4)  
умывание(1), прогулка(9), обед(5),  
выполнение домашнего задания(7),  
завтрак(3), отдых(6), помощь  
родителям(8)**



**Учитель:** - Организму для роста и развития нужна разнообразная пища. Однако, для того чтобы она хорошо усваивалась, надо соблюдать некоторые **правила**.

**Дети:**

- -Старайся есть в одно и то же время.
- -Есть четыре раза в день: утром дома – первый завтрак, в школе – второй завтрак, после школы – обед и вечером ужин.
- -Не есть в сухоматку.
- -Никогда не отказываться от супа, ведь в нем много веществ, которые способствуют правильному пищеварению.
- -Не перекусывать между основными приемами пищи.
- -Нужно есть не спеша, хорошо прожевывая пищу.
- -Во время еды не читать, не смотреть телевизор, не вести серьезных разговоров, а тем более споров. Пища из-за этого плохо переваривается.

**Все вместе:**

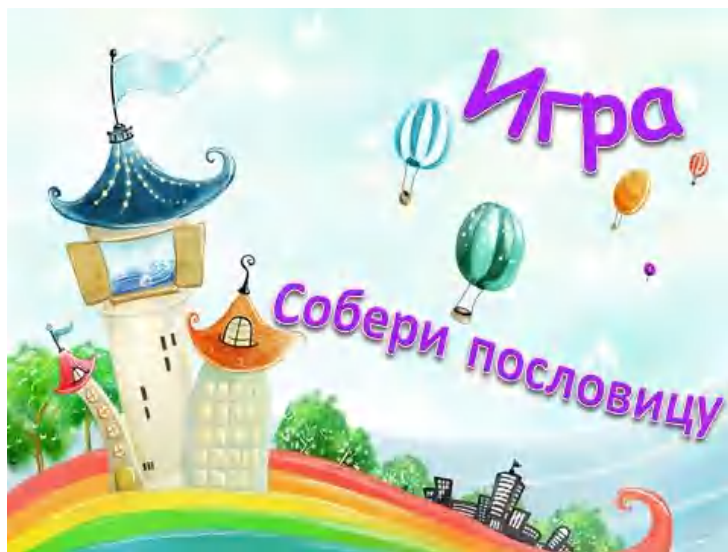
Будем правильно питаться  
И силенок набираться.  
Чтоб здоровье сохранить,  
Будем с фруктами дружить.

**Учитель:** - А теперь соберите пословицы о здоровье и объясните их смысл (работа в парах). Найдите вторую половину пословицы и соедините.

**Слайд 19.**

**Игра «Собери пословицы»**

Здоровье	Я глух и нем
Здоров будешь	Здоровый дух
В здоровом теле	дороже денег.
Сон -	здоровый дух.
Когда я ем	всего добудешь.
В здоровом теле	лучшее лекарство.



**Слайд 20.**

## Игра «Когда что есть?»

1.ЗАВТРАК	2.ОБЕД
3.ПОЛДНИК	4.УЖИН



На листочках написаны блюда для завтрака, обеда, полдника и ужина.

- Задание: положите листочки к тем часам, на которых указано время этого приема пищи.

***Каша, чай, молоко, компот, кефир, борщ, яблоко, пирог, суп, хлеб, булочка, масло, яйцо котлеты, макароны, творог, рыба, картофельное пюре.***

Дети клеивают блюда в таблицу.

- Вот теперь, ребята, мы составим правильное меню – питание для нашего героя Карлсона. Давайте побыстрее отправим к нему этот рецепт в больницу, чтобы Карлсон поскорее выздоровел. Отправим? И вы, ребята, следуйте нашему совету, чтоб никогда не заболеть!

## Слайд 21.

**Учитель:** - Мы прибыли на станцию «Витаминная»

На доске лозунг: «Если хочешь быть красивым – не забудь про витамины!»

**Учитель:** Что такое витамин?

**Учитель:** А сейчас ребята послушайте и посмотрите *рекламу овощей* (выступление учеников). (2 «Г» класс)

**Лук.** Лук зеленый – объеденье!

Он приправа к блюдам.

Ешьте, дети, лук зеленый:

Он полезен людям.

**Морковь.** А морковочка – подружка

Дорога и любя.

Ешьте, дети, все морковь,

Очищайте зубы.

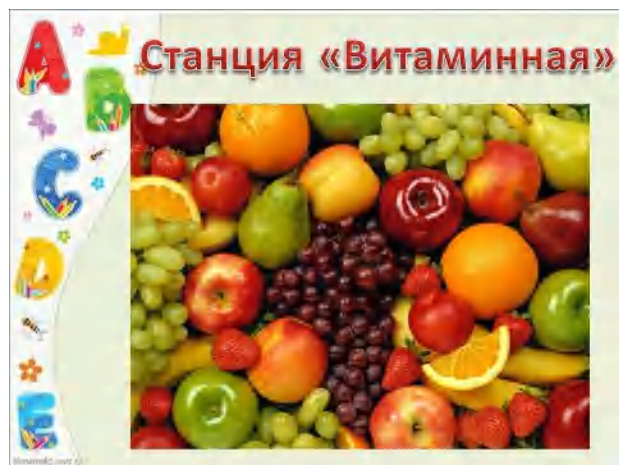
**Помидор.** А я – толстый помидор,

Витаминов полный.

Очень долго я расту -

Возраст мой преклонный.

Ешьте, дети, помидоры,





Пейте сок томатный:

Он полезный, витаминный.

И на вкус приятный.

**Огурец.** Превосходный огурец

Лежит на рыхлой грядке.

Ешьте, дети, огурцы,

Будет все в порядке!

**Картофель.** А картошка - хлеб второй,

Это знаем мы с тобой.

Собирай картошку смело,

Не жалея ты сил для дела.

**Ученик** Мы представили сегодня

Вам рекламу для борщей,

Для здоровья и для силы

Ешьте больше овощей.

Слайд 22.

Слайд 23.

Игра «Полезные и неполезные»



**Приклеить слова в два столбика** (каша, конфеты, морковь, сок, яблоки, чупа-чупс, отварное мясо, жареное мясо, апельсин, чипсы, молоко, жвачка, кофе, майонез, пепси-кола)

**Учитель:** - Ну, а мы, ребята, отправляемся на последнюю станцию «Подарочная». Есть такая пословица «Смех – здоровье души». Чтобы поднялось настроение, нам достаточно улыбнуться друг другу, сделать что-то приятное. В память о нашем празднике, я дарю вам закладки с режимом дня.

