**КВН**

в начальных классах

(1 – 2 классы)

Тема:

**«За здоровый образ жизни»**

**C:\Program Files\Microsoft Office\MEDIA\CAGCAT10\j0285698.wmf**

Подготовила и провела: Ческидова Вера Анатольевна.

***КВН “ ЗА  ЗДОРОВЫЙ  ОБРАЗ  ЖИЗНИ “***

**Цель:** - актуализировать тему здоровья, здорового образа жизни;

  - воспитывать активную жизненную позицию, ответственное отношение к своему здоровью.

**Задача:** - актуализировать и развивать знания учащихся о здоровье и здоровом образе жизни;

- формировать навыки самостоятельного анализа и оценки предлагаемой информации.

**Оборудование:** воздушные шары, фрукты, карточки с заданиями.

На доске картинки ёжиков для собирания баллов командами.

Вед.  – Здравствуйте, дорогие  друзья! Я  говорю  вам  «здравствуйте», а  это  значит, что  я  всем  желаю  здоровья! Задумывались ли  вы  когда-нибудь  о  том, почему  люди    желают друг  другу  здоровья?

Вед.  – Наверное, потому, что  здоровье  для  человека  -  самая  главная  ценность. Но, к  сожалению, мы  начинаем  говорить  о здоровье  тогда, когда  его  теряем. Народная  мудрость  гласит: ”Деньги  потерял – ничего  не  потерял, время  потерял – много потерял, здоровье  потерял – всё  потерял”.(на доску)

Давайте  уточним, что  же  такое  здоровье?                   ( *ответы  детей )*

Вед.  –. Скажите, ребята, от  чего  зависит  здоровье ? От каких факторов?                *(ответы  детей)*

Вед.  -  Главные  факторы  здоровья  -  это  конечно же движение, закаливание, правильное  питание, режим. А  что  ухудшает  здоровье человека? *(ответы  детей: употребление алкоголя, курение, наркомания)*

*Ребята посмотрите пожалуйста на доску и прочитайте тему нашего мероприятия сегодня ( ) дети читают на доске и говорят.*

*А как вы думаете , ребята о чём мы будем сегодня говорить?*

*Презентация ( несколько слайдов)*

Вед.  -   Вот  обо  всём  этом  мы  и  поговорим   более  подробно. Но  разговор  наш  будет  необычным. Сегодня  у  нас  КВН – о здоровом образе жизни.

Вед.  -  Итак, команды  - готовы Мы начинаем.

***Команды преветствуют друг друга.***

*1.*      *Вас  приветствует  команда «Пульс»*

Мы команда «Пульс», друзья.  
С нами ссориться нельзя  
Вы должны нас поддержать Чтобы пульс не потерять!

***Наш девиз:*Сердце бьется в ритме века для здоровья человека.**

*2.*      *Вас  приветствует  команда «Спортсмены».*

***Наш девиз: В здоровом теле – здоровый дух!***

Всегдамы здоровы  
С зарядкой дружны  
Нам спорт с физкультурой  
Как воздух нужны

**1 конкурс*****«Разминка»*** **Вед.** – Команды, внимание! Вам  необходимо объяснить   пословицы.

Итак: первая команда :

*От  сладкой  еды……….( жди  беды).*

Вторая команда:

*Жизнь  дана  на…………( добрые  дела ).*

***Следующий наш конкурс называется:***

***Корзина долголетия*** *– ваша задача выбрать полезные продукты и положить их в нашу корзину долголетия. (Команды работают сообща) Ребята ,объясните ,почему вы положили в корзину эти продукты, а другие отложили в сторону.*

**Вед.** -   Поговорим  о  тайнах  питания. Каждый  день  мы  завтракаем, обедаем и ужинаем. И  не очень – то  задумываемся,что наше  питание  -  одно  из  таинств природы.

Ребята ,зачем  человек  ест?

Чего  мы  только  не  едим! Вкусное  -  и  не  очень, полезное  -  и  не  совсем. А  ведь  наша  пища  должна  быть  здоровой, питание -   правильным.

Что необходимо есть человеку, чтобы быть здоровым, как вы считаете, ребята?

2 наш   конкурс  называется  **« УГАДАЙ  КОТА  В  МЕШКЕ»**.

По 2 человека от каждой команды, один игрок   с  завязанными  глазами, на  ощупь, должен   отгадать, что  у  него  в  руках. Можно  это  понюхать, но  на вкус  пробовать  нельзя. Второй игрок может подсказывать наводящими словами Итак, начинаем. Вы должны объяснить чем полезен данный продукт.

(Яблоко,  рис, картофель, горох, лимон, чипсы, лук, конфета, печенье, чеснок)

**Вед.** Участники  КВН, конечно  же, весёлые, умные  и  сообразительные. Но  кто  лучше  и  быстрее  проявит  свою  находчивость и  творческие  способности, жюри  определит  по  итогам следующего конкурса, который называется

**«Делай как мы»**

Ребята ,я вижу, что вы очень много знаете о здоровье и о здоровом образе жизни .На нашем кружке добрые дела мы о многом с вами говорим, многому успели научиться ,сделали интересные и поучительные проекты, но сегодня, мне бы хотелось ,заострить ваше внимание и внимание ваших родителей на актуальной теме здорового образа жизни.

Один очень умный человек сказал ,когда чувствуешь уныние ищи исцеление в труде.

И сейчас я предлагаю вам потрудиться .

Ребята ,вы хотите, чтобы все люди были всегда здоровыми, бодрыми и занимались спортом?

Давайте оставим людям наше послание на солнышке.

Приступайте к работе всё необходимое у вас на столах.( дети работают ) .Родители могут помочь.

Уважаемые родители ,учителя, предлагаю вам тоже потрудиться и написать свои пожелания по сохранению здоровья на этих карточках . Ваши пожелания нужно приклеить на эту картину.

Какие вы все молодцы ребята и уважаемые гости. Посмотрите ,что у вас получилось. Теперь глядя на всю эту красоту, давайте ещё раз назовём правила здорового образа жизни. Я искренне надеюсь , что вы все будете чётко соблюдать эти правила и на долгие годы забудите о простуде и других болезнях.

Ну, а сейчас пришло время для нашего следующего конкурса, а называется он

**«РИФМОПЛЁТЫ»**. Задание  следующее: командам  в  течение  5  минут  необходимо  придумать  маленькую – рекламу. Перед  вами листочки, на  которых  написано, что  вы  должны  прорекламировать. Время  пошло.

( зубную пасту,  мыло) **Вед.** – Пока  участники  готовятся, предлагаем  вам, болельщики  и  зрители, поиграть  в  игру

**«ДОСКАЖИ  СЛОВЕЧКО».**

*Я  хотел  устроить  бал*

*И  гостей  к  себе…… ( позвал )*

*Купил  муку, купил  творог*

*Испёк  рассыпчатый…..( пирог )*

*Ножи, тарелки, вилки  тут,*

*Но  что- то  гости  не…..( идут).*

*Я  ждал, пока хватило сил,*

*Потом  кусочек…..( откусил).*

*Потом  подвинул  стул  и  сел,*

*И  весь  пирог  в  минуту…..(съел).*

*Когда  же  гости  подошли,*

*То  даже****крошек…..(не  нашли).***

***Дети*** *говорят- Ешьте  не  спеша,*

*Пусть работают  скулы,*

*Вы  ведь  дети,*

*А  не…..(акулы).*

*Вредно  ребятам  лежачее  чтение –*

*Вредно  для  книги, вредно  для……..(зрения).*

*Вовремя  пей, вовремя  ешь –*

*Будешь  до  старости  крепок  и…..(свеж)*

*А сейчас ребята и взрослые пришло время отдохнуть я приглашаю всех на весёлую зарядку.* ***Физминутка***

Хорошо ,все отдохнули набрались сил и мы продолжаем, а сейчас мы проведём с вами  Игру которая называется **“КРИЧАЛКИ”.**

***Ваша задача прокричать нужное слово там где я сделаю остановлюсь***

*Нет  вреднее  ничьего*

*Глупого  совета,*

*Мы  не  слушаем  его,*

*Нам  не  нужно  это.*

*А  полезные  советы*

*Прокричим  в  своих  ответах.*

*Если  хочешь  долго  жить  - сигареты  брось…….( курить )*

*Напомним  каждому  с  любовью -  курение  вредит…..(здоровью)*

*Силу  вам  дают  супы,*

*Овощи  и  каши.*

*Ешьте, будете  сильны,*

*Как  спортсмены……..(наши)*

*Солнце, воздух  и  вода –*

*Наши  лучшие…..(  друзья)*

*Если  хочешь  похудеть,*

*Стройную  талию  иметь,*

*Со  свининой  не  ешь  суп –*

*Покрути – ка…….( хула – хуп ).*

*Очень важно спозаранку*

*Есть  за  завтраком…….( овсянку ).*

**Вед.** -  Умным  быть  совсем – совсем  не  просто,

Не  зависит  ум  ведь  наш  от  роста…..

Да, от  роста – то  и  правда  не  зависит, а  вот от  количества  прочитанных   книг, решённых    задач, просмотренных  познавательных  передач  ещё  как  зависит.

Насколько  сообразительны  и  смекалисты наши  игроки, посмотрим  в   следующем конкурсе ,который называется

**«ЭРУДИТ»**  Внимательно  слушайте  мои  вопросы  и  давайте  правильные  ответы  на  них либо да либо нет

*1. Правда  ли, что  летом  можно  запастись  витаминами  на  целый  год?  (нет).*

*2. Правда  ли, что  ежедневно  нужно  выпивать  два  стакана  молока?  (да).*

*3. Правда  ли, что  ребёнку  достаточно  спать  ночью  8  часов?  (нет, нужно  9 – 10) .*

*4. Правда  ли, что  детям  до  15 лет  нельзя  заниматься  тяжёлой  атлетикой?  (да).*

*5. Правда  ли, что  есть  безвредные  наркотики?  ( нет ).*

*6. Правда  ли, что  молоко  полезнее  йогурта?  ( нет ).*

*7.Здание, где « живут»  книги?  ( библиотека ).*

**Вед**. -  Соревноваться  командой  легко, хорошо  и  надёжно. Ведь  не  зря  говорят  в  народе: ”Одна  голова  хорошо, а  две - ещё лучше”. Но  пришло  время  пригласить  посоревноваться  наших  капитанов. Капитаны  -  вперёд!

**Вед.** -    включить песню герои спорта.

Знакомые  всем  слова  из  известной  песни. Конечно, хорошая  музыка, хорошая  песня  поднимают  нам  настроение, повышают нашу  активность, работоспособность.

Обычно все спортсмены работают в команде, помогая друг другу, поэтому добиваются больших результатов . Наш следующий конкурс подразумевает тоже работу в команде ,а называется он « **Накорми друга «-** по 2 игрока от команды садятся напротив друг друга им завязываются глаза ваша задача накормить друг друга яблоком чья пара быстрее съест яблоко та и победит.

Ребята, я знаю ,что вы все очень любите петь песни я предлагаю давайте все вместе споём замечательную песенку из сказки « Маша и медведь» пока ребята кушают мы поднимем им настроение ведь хорошая песня помогает пищеварению .

**Подведение итогов конкурса.**

Ребята, поднимите руки те, у кого папы или мамы курят.

А как вы считаете, они хорошо поступают по отношению к своему здоровью?

Что вы им скажите, когда придёте сегодня домой?

И обязательно дайте им почитать вот такую памятку « Как бросить курить»

**Вед**. – Пока   жюри  подводит  итоги  сегодняшней  игры, мы  хотим  пожелать  каждому, кто  к  нам  пришёл  сюда, здоровым  быть всегда.

- Пусть  каждое  утро  начинается  с  хорошего  настроения. Просыпайтесь  с  мыслью, что  день  принесёт  вам  удачу.

– Дарите  друг другу  улыбки.

-  Цените  жизнь  в  активном  проявлении.

Жизнь -  не  покой, а  действие, движение.

-  Дружи  с  водой, купайся, обтирайся,

Зимой  и  летом  спортом  занимайся.

-  Хранить  спокойствие  всегда  старайся,

И  из – за  пустяков  поменьше  раздражайся.

-  А  теперь  для  подведения  итогов  слово  жюри.

Награждение  команд.

Угощайтесь пожалуйста ,дорогие гости и будьте всегда здоровыми, красивыми и позитивными ( виноград).