МБОУ «Арская средняя общеобразовательная школа №1 им. В.Ф. Ежкова

с углубленным изучением отдельных предметов»

**Интегрированное мероприятие**

***«Дорога к доброму здоровью»***

***1-2 классы***

***Подготовила воспитатель***

***группы продлённого дня***

***Гарапшина З.Р.***

**Цель:**

1. **Воспитание у учащихся стремления к здоровому образу жизни;**
2. **Формирование навыков личной гигиены;**
3. **Воспитание чувства коллективизма.**

**Оборудование:**

* + **Плакаты (название, карта, пословицы, здравствуйте)**
  + **Магнитофон**
  + **Маски (Грязнуля, Мойдодыр, витамины А,В,С)**
  + **Кассеты**
  + **Магниты**
  + **Паровозик.**

**Ход:**

**Вед.:** Сегодня мы с вами поговорим на тему «Здоровье» .

*(Включаю*  *музыку «Вода-Буль Буль»)*

**Вед.:** Ребята, а нужно ли нам здоровье?

*(Ответы уч-ся.)*

- Здоровье- это очень важно. Ведь если человек часто болеет, он не может нормально учиться и работать. Здоровье зависит от самого человека.

- Прочитаем хором слово «здравствуйте».

- Задумывались ли вы над тем, что означает слово «здравствуйте»?

*(Ответы уч-ся)*

- Когда вы говорите «Здравствуйте», вы желаете человеку здравия, здоровья. А если он будет здоров, значит, будет счастлив и весел. Здоровым хочет быть каждый человек.

- А что нужно делать, чтобы быть здоровым? Давайте послушаем, что нам расскажет школьная медсестра Раушания Давлятовна.

*(Рассказ медсестры. Вопросы на восприятие)*

- Ребята, много написано стихов о здоровье. Послушаем стихотворение «Наша зарядка» Е.Кан.

Кто спит в постели сладко?

Давно пора вставать!

Спешите на зарядку,

Мы вас не будем ждать!

Распахнуто окошко,

Нам холод нипочём

Походим мы немножко

И сон с себя стряхнем.

- Молодец, садись.

- Давайте и мы отдохнём. Встаньте.

Топай Мишка

Хлопай Мишка

Приседай со мной братишка

Руки вверх, вперед и вниз

Улыбайся и садись.

- Много пословиц и поговорок о здоровье.

- Прочитайте хором 1 пословицу:

**«Чистота – залог здоровья»**

- Как вы понимаете её смысл?

- Прочитаем хором 2 пословицу:

**«Чистота - лучшая красота»**

- Как вы понимаете ёе смысл?

- Прочитайте хором 3 пословицу:

**«Чисто жить – здоровым быть»**

- Как вы понимаете ее смысл?

- Правильно, молодцы.

- А теперь давайте отправимся в путешествие к доброму здоровью. Вот на этом красивом поезде.

*(Звучит музыка «Голубой вагон»)*

***1 остановка станция «Чистюлино»***

*( Выходят Мойдодыр, Грязнуля, Малыш.)*

***Мойдодыр:*** В вашем классе живу уж, который год.

Откровенно вам скажу – славный вы народ!

Никогда у вас ребята, не едят немытых ягод,

Чистят зубы, моют уши….

***Грязнуля:*** Лучше ты меня послушай. Я живу и бед не знаю

Мыло в глаз не попадает, щетка десны не дерет

Огурцы, морковь не мою…хочешь друг,

Пойдем со мною.

***Мойдодыр:*** Не ходи ты с ней, не пробуй,

Загрызут тебя микробы

Нам тебя Грязнуля жалко,

Дарим мыло и мочалку.

*(Уходят)*

- Садитесь, спасибо.

- Отправляемся дальше.

*(Звучит музыка «Голубой вагон»)*

***2 остановка станция «Танцевальная»***

- Давайте потанцуем. (*Включаю «Танец маленьких утят»)*

- Садитесь

- Едем дальше *. ( Включаю «Голубой вагон»)*

- Подъезжаем к какой станции?

***3 остановка станция «Загадки»***

- Я прочитаю вам загадки, отгадайте вещи, без которых не может обойтись ни один школьник.

* Гладко душисто, моет чисто

Нужно, чтобы у каждого было что, ребята.(Мыло)

* Целых 25 зубков для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком лягут волосы рядком

(Расческа)

*(Всего 8 загадок.)*

- Молодцы ребята.

- Оправляемся дальше. *(Включаю «Голубой вагон»)*

- Вот и приехали мы на какую станцию?

- На станцию «Доброго здоровья»

- Ребята, а вы знаете, что такое витамины?

- Зачем они нам нужны?

- Правильно, чтобы быть здоровыми. А где мы их можем найти?

- В пище, фруктах, овощах, яйцах.

*(Выходят витамины)*

**Витамин А:** Человек на свет родился,

Встал на ножки и пошёл

С ветром, с солнцем подружился,

Чтоб дышалось хорошо.

**Витамин В:** Приучал себя к порядку,

**Д**уш холодный принимал,

Он к зубным врачам, представьте,

Не боясь совсем пришёл.

**Витамин С:** Человечек за обедом чёрный хлеб и кашу ел.

Вовсе не был привередой,

Не худел и не толстел.

- Садитесь молодцы.

**Вед.:** Надо круглый год правильно питаться. Есть овощи и фрукты. Перед едой нужно овощи и фрукты мыть.

**Вед.:** Сейчас я вам дам советы

Если дам совет хороший

Вы похлопайте в ладлши

На неправильный ответ,

Говорите хором «Нет!».

Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет,

Творог простоквашу.

Если мой совет хороший

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный

Он совсем невкусный

Лучше ешьте шоколад,

Вафли сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Говорила маме Люба:

- Я не буду чистить зубы

И теперь у нашей Любы

Дырка в каждом, в каждом зубе.

Будет вам какой ответ

Молодчина Люба?

Навсегда запомните милые друзья

Не почистив зубы спать идти нельзя

Если мой совет хороший

Вы похлопайте в ладоши.

Чтобы зубы укреплять,

Полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет?

- Молодцы ребята!

**Вед.:** Ребята, вы знаете, что такое режим дня?

**Дети:** Да (ответы учащихся)

*(Рассказ ученика о режиме дня.)*

**Вед.:** Необходимо правильное выполнение режима, чередование труда и отдыха. Режим укрепляет здоровье.

- Ребята, я надеюсь, что вы будете правильно питаться, соблюдать правила личной гигиены, и не будете нарушать режим дня.

- Вот и закончилось наше путешествие. Мы приехали в Арск.

- Чему вы научились сегодня?

*(ответы учащихся)*

**Дети:** беречь своё здоровье, чистить зубы, умываться.

**Вед.:**  Да, ребята, здоровье – это очень важно. Нужно его беречь и укреплять.

- Давайте споём песню «Вместе весело шагать».

**Литература:**

1. «1000 загадок» популярное пособие для родителей и педагогов.

Составители Н. В. Елкина,200г.

1. Внеклассные мероприятия. 2 класс. – Автор – составитель Яровая Л.Н. 2004г