Пасынок Ю.Ю.,

заместитель директора по УВР,

учитель начальных классов

МБОУ НОШ № 21 г. Южно-Сахалинска

**Сценарий внеклассного мероприятия для учащихся 1 классов**

**по теме «Азбука Здоровья»**

**Задачи:**

* Систематизировать правила здорового образа жизни.
* Развивать речь, внимание, мышление, интерес к своему здоровью и окружающих людей.
* Воспитывать культуру общения, поведения.

**Оборудование:**

* мультфильм «Королева Зубная щетка»,
* зубная щетка, мыло, носовой платочек, градусник, тесты, карточки с индивидуальными заданиями, костюм кота, мед. сестры,
* фотовыставка «Мои увлечения», оформленная выставка из книг по валеологии, ЗОЖ, текстов «Знаешь ли ты?», «Знаешь ли ты себя?»,
* паспорта здоровья, стихи детям.

**Ход занятия:**

**1.** Ребята, мы попали в сказочный лес и видим ученого кота, который охраняет волшебный камень (нарядить ученика).  
Кот: «Ребята, я старый и больной кот, а хочу как и вы прыгать и играть. Научите меня правилам здорового образа жизни, и тогда я вас выпущу из волшебного леса. Выбирайте дорогу: налево пойдете - голову потеряете, направо пойдете - ничего не найдете, а вперед пойдете - узнаете как быть здоровым».   
Дети - идем прямо! На доску вывешивается цель урока. Итак, в путь!

**2.** Ребята, как вы думаете - что значит быть здоровым? Дети отвечают, а учитель приводит примеры из книжной выставки, обращая внимание детей на книги по ЗОЖ.

**3.** Рассматривается фотовыставка с фото детей в спортивных секциях, на катке, на лыжах и т. д., обращая внимание детей на пользу занятий во внеурочное время и активном отдыхе. Предлагается детям рассказать о занятиях в спортивных кружках, секциях и т. д.

**Вывод:** чтобы быть здоровым, необходимо заниматься спортом

**4.** Детям предлагается проанализировать данные из своих паспортов здоровья, сравнивая данные о своих заболеваниях, росте, весе за сентябрь и октябрь.

**Вывод:** необходимо правильно питаться, закаляться, дышать свежим воздухом.

**5.** А что еще помогает быть здоровым? Прививки.  
Сценка «На прививку, первый класс!».

**6.** Чтение лозунгов-призывов, написанных на доске:

Будь аккуратен, забудь про лень - чисти зубы каждый день!   
Чаще мойся - воды не бойся!   
В чистой комнате - чистое тело, убирай комнату, чтоб она блестела!   
В здоровом теле - здоровый дух!   
Как вы понимаете эти призывы?   
Запиши понравившийся лозунг в паспорт здоровья.

**7.** Ребята, мы сделали выводы по общим правилам соблюдения ЗОЖ, о каждом из которых будем говорить в отдельно. А сейчас вспомним элементы человеческого общения. С помощью чего мы общаемся? – речь, жесты, мимика. Дети получают индивидуальные задания на карточках и выполняют их в парах: изобразить разные чувства, записанные на карточках с помощью жестов, мимики. Класс анализирует сценку-ситуацию о двух подружках, где одна вежливая, а другая грубая.   
Проверка индивидуальной работы.

**Вывод:** нужно быть вежливым, уважительным с людьми, тогда и с тобой будут обращаться так же.

**Физ. минутка.** Дети рассказывают стихотворение и показывают движения.

Ты с красным солнцем дружишь, волне прохладной рад.   
Тебе не страшен дождик, не страшен снегопад.   
Зимой на лыжах ходишь, резвишься на катке,   
А летом, загорелый, купаешься в реке.   
Ты любишь прыгать, бегать, играть тугим мячом,   
Ты вырастешь здоровым, ты будешь - силачом!

**8.** Как называется наука, которая рассказывает о здоровье? Валеология.   
Уголок по валеологии есть у нас в классе. Рассматриваем рекомендации по охране зрения, зарядку для глаз, рубрику «Знаешь ли ты?».

**9.**Загадки с показом отгадок.

Хвостик из кости, на спинке – щетинка. (Зубная щетка)   
 Ускользает, как живое, но не выпущу его, дело ясное вполне - пусть помоет руки мне. (Мыло)

Лег в карман и караулю реву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез, не забуду и про нос. (Носовой платочек)

Я подмышкой посижу и что делать подскажу: или разрешу гулять или уложу в кровать. (Градусник)

**10.** Задание на внимание и повторение знаний о ЗОЖ через веселые стихи. Дети должны за учителем повторить фразу «Это очень хорошо/ плохо».

Жил на свете мальчик Коля, - Это очень хорошо!  
Он учился в нашей школе.- Это очень хорошо!   
В 7 утра он поднимался. - Это очень хорошо!  
Никогда не умывался. - Это очень плохо!   
Он старательно учился. И однажды отличился.  
Отнял он рекорд у Вани: 3 недели не был в бане.  
Но исправился наш Коля. Стал наш Коля молодец, тут и сказочке конец!  
Это очень плохо! (что закончилась игра).

**11.** Проверка знаний: Как называется наука, изучающая здоровье?  
С помощью чего человек может выразить свои чувства и мысли?  
Какие правила ЗОЖ вы знаете?

**Итог.** Чтение детьми стихов.

Где бы ни пришлось нам работать и жить   
Будем здоровьем своим дорожить.  
За силой наших легких следит страна.  
Выносливых и ловких нас ждет она.  
Закаленный в тренировках, буду сильный, буду ловкий.  
Охрана здоровья - большое дело, силы ему отдать нужно смело.  
К этой работе любовью горят весь наш класс дружных ребят!

**12.** Просмотр отрывка из мультфильма о гигиене «Королева Зубная щетка».  
Оформляем правила о ЗОЖ. Вручаем их коту. Предлагаем гостям прочитать правила о ЗОЖ в своих классах. Помещаем правила в уголке валеологии.

Каждому ребенку раздать карточку с красным крестом и № 03, вспомнить, чей это телефон, и когда нужно по нему звонить.