**МКС(К)ОУ Варнавинская школа-интернат VIII вида**

**Варнавинского района Нижегородской области**

**Разработка**

**внеклассного   мероприятия**

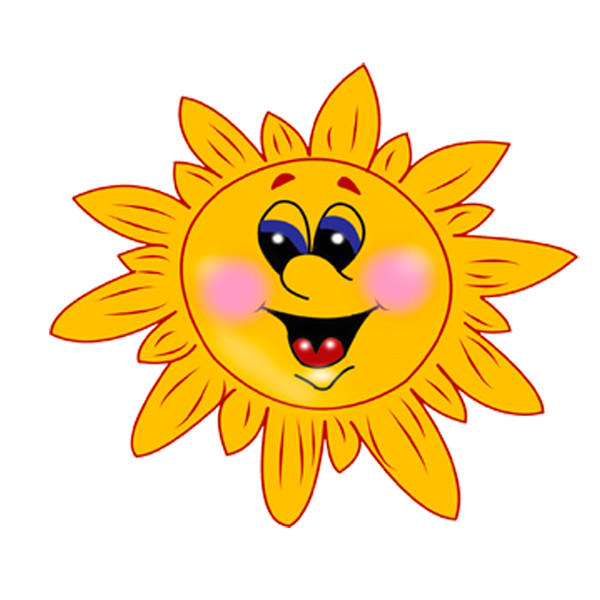
**по теме:**

***"Если хочешь быть здоров..."***

**Выполнила: воспитатель Седунова Ю.А.**

**Варнавино- 2012г.**

**Разработка   внеклассного   мероприятия  по теме:**

***"Если хочешь быть здоров..."***

**Цель работы:** научить детей вести здоровый образ жизни

**Задачи:**

 пропаганда здорового образа жизни;

 закрепление знаний правил личной гигиены;

 развитие общей культуры личности учащихся, расширение кругозора

**Оснащение урока:** плакаты, музыкальное оформление, предметы личной гигиены.

**Действующие лица:**

3 ведущих, Гигиена, Грязь, доктор Айболит, Мальчик-девочка, Спортсмен, Пауки, Предметы гигиены (Душ, Зеркало, Расческа, Зубная щетка, Носовой платок, Мыло).

**Зал украшен шарами. На стенах висят плакаты:**

ЧИСТОТА - ЛУЧШАЯ КРАСОТА!   
ЧИСТО ЖИТЬ - ЗДОРОВЫМ БЫТЬ!   
КТО АККУРАТЕН - ТОТ ЛЮДЯМ ПРИЯТЕН.

**Под детские песни учащиеся рассаживаются в зале.**

**ХОД**

Ведущие: (1.2,3)

**1 ведущий.**

Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте!  
Всем говорим Вам от души.  
Мы рады Вас видеть на празднике  
И взрослые, и малыши!

**2 ведущий.**

Приветствуем всех, кто время нашел  
И в школу на праздник Здоровья пришел.   
Пусть ветер холодный стучится в окно,   
А в зале у нас тепло и светло.

**3 ведущий.**

Быть здоровыми хотят  
Взрослые и дети.  
Как здоровье сохранить?  
Попробуем ответить.

**1 ведущий.** В мире нет рецепта лучше- Будь с режимом неразлучен, Проживешь до 100 ты лет – Вот и весь скажу секрет.

**2 ведущий.** Ой, а кто это к нам идет?

(Входит девочка одетая в чистое платье, на которое прикреплены предметы гигиены - зубная щетка и паста, расческа, носовой платок, в рукax полотенце).

**ГИГИЕНА:**

Добрый день! Я - чистота!   
С вами быть хочу всегда.   
Сначала познакомлюсь с вами,   
Чтобы стали мы друзьями.

**1 ведущий.** Вон Наташа, Дима, Валя, Там Сережа, Света, Галя, Костя, Вова, рядом Гена. А как Вас звать?

**ГИГИЕНА:**

Я пришла Вас научить   
Как здоровье сохранить.   
Много грязи вокруг нас,   
И она в недобрый час   
Принесет нам вред, болезни,  
Но я дам совет полезный,   
Мой совет совсем не сложный-  
С грязью будьте осторожны!

(В дверь заглядывает Грязь.)

**ГРЯЗЬ:**

Вы про грязь? (вбегает в зал)   
Ну, я вас!

(Грязь все время чешется. Направляется к Гигиене)

**ГИГИЕНА:**

Ты ко мне не приближайся!  
И ко мне не прикасайся.

**ГРЯЗЬ:**

Ах-ах-ах! Какое платье!  
Да ведь не на что смотреть!  
Я б такое не надела.  
У меня - другое дело!  
От борща пятно большое,  
Вот сметана, вот жаркое,  
Вот мороженое ела,  
Это - в луже посидела.  
Это клей, а здесь чернила.  
Согласитесь, очень мило.  
Я наряд свой обожаю,  
На другой не променяю,  
Я открою вам секрет;  
Лучше платья просто нет...

Идет в зал, здоровается с детьми за руку. Гигиена следует за ней, вытирает полотенцем детям руки иоттаскивает ее от них.

**ГРЯЗЬ:**

Вы не вымыли посуду?  
Значит, скоро я прибуду.  
Если пол вы не помыли -  
Меня в гости пригласили.  
Перестаньте убираться,  
Окна мыть, пол подметать,  
Ненавижу тряпки, щетки,  
Я, друзья, боюсь щекотки.   
Забираюсь в уголки,   
Там, где пыль и пауки.   
Чистоту я не терплю,  
Тараканов, мух люблю.  
Где вы, славные ребята?  
Изо всех углов ползите,   
Паутины наплетите!

(Танец пауков)

**1 ведущий.**

Ой, ребята, помогите!   
Быстро веники возьмите,   
Пауков всех прогоните!

(Танец с вениками. Пауки уползают)

**2 ведущий.** Ах, ты, противная грязь! Что ты себе позволяешь? Мы тебя ничуть не боимся! Наши ребята любят чистоту и порядок.

**ГРЯЗЬ:** Нет! Нет! Я вам не верю. Все дети ленивые и неряхи. Они ничего не смыслят в чистоте.

**ГИГИЕНА:** А мы сейчас проверим. Ребята, что надо делать для того, чтобы быть здоровыми и никогда не болеть? Какие предметы личной гигиены вы знаете?

(Ответы детей из зала.)

**ГРЯЗЬ:** Мыло, расческа, щетка... Да они даже не знают, как ими пользоваться. Я вот сейчас проверю их и докажу, что я самая лучшая подруга детей.

**ГИГИЕНА:** Ребята, будьте внимательны! Не поддавайтесь проделкам Грязи. (Игра “Будь внимателен”)

**ГИГИЕНА:** Ну, теперь убедилась! Наши дети все знают и умеют.

**ГРЯЗЬ:** Мне у вас не нравится! Куда же мне отправиться? Уж так и быть - я ухожу, Но я еще вам отомщу! (Убегает)

**3 ведущий.** Молодцы, ребята! Дружно мы справились с Грязью. Думаю, что она к нам больше никогда не придет.

Ой, смотрите! К нам идет доктор Айболит! Давайте встретим его веселой песенкой.

**(Исполняется песня “Доктор Айболит”)**

**АЙБОЛИТ:** Здравствуйте, ребятишки - девчонки и мальчишки! В поликлинику я шел И на праздник к вам зашел. Как вы чувствуете себя? Не болит ли голова? Если плохо кому, детки, То я выпишу таблетки.

**2 ведущий.** Спасибо, доктор Айболит, что Вы пришли к нам на праздник! Будьте нашим гостем.

**АЙБОЛИТ:** Вам, мальчишки и девчушки, Приготовил я стихи. Если мой совет хороший.

Дружно хлопайте в ладоши. На неправильный совет Говорите: нет, нет, 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, совсем не вкусный,

Лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад. Это правильный совет? Нет, нет, нет! \* Говорила маме Люба: -Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы  
Дырка в каждом, каждом зубе.  
Каков будет ваш ответ?   
Молодчина Люба? Нет.

\* Блеск зубам чтобы придать, Нужно крем сапожный взять.

Выдавить полтюбика и почистить зубики. Это правильный совет? Нет, нет, нет!

\* Ох, неловкая Людмила  
На пол щетку уронила. С пола щетку поднимает, Чистить зубы продолжает. Кто даст правильный совет? Молодчина Люда? Нет! \* Навсегда запомните, Милые друзья, Не почистив зубы, Спать идти нельзя. Если мой совет хороший Вы похлопайте в ладоши.

 Зубы вы почистили  
И идете спать.  
Захватите булочку  
Сладкую в кровать.  
Это правильный совет?  
Нет, нет, нет, нет!

 Запомните совет полезный,  
Нельзя грызть предмет железный.  
Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

- Молодцы! Вы все знаете. Ну а кто скажет мне, с чего надо начинать день? Что помогает нам быть сильными и здоровыми?

Правильно, зарядка!

(Вбегает мальчик в спортивном костюме)

**МАЛЬЧИК**

Хорошо проснуться сразу  
И, стряхнув остатки сна,  
Затянуться до отказа  
Свежим ветром у окна.  
И согласно распорядку,  
По команде боевой  
В физкультурную зарядку  
Окунуться с головой!  
Эй, ребята, соберитесь  
На зарядку становитесь.

(Под музыку дети выполняют упражнения)

Шагом марш! И в разных видах   
Левой! Левой! Вдох и выдох.   
Раз - присели, два – привстали,

Три - согнулись и достали До носка одной рукой. Эй, не спи! Давай-ка вместе На длину упругих рук Встанем тут и.. ..бег на месте, Выше голову, мой друг! Встали дружно на носочки, А теперь у нас прыжочки. Раз-два, раз-два выше голова, Три-четыре плечи шире, Пять-шесть тихо сесть. Молодцы! (убегает)

**АЙБОЛИТ:**

Знают взрослые и дети,  
Что зарядка так важна!  
И тогда на белом свете  
Болеть не будут никогда!   
- Ой, а кто это к нам идет?   
Это что за чудо-юдо! Ты кто?

(Входит мальчик, одетый в платье, с длинными волосами)

**МАЛЬЧИК:**

Мальчик стричься не желает,  
Мальчик с кресла уползает,  
Кричит, заливается, ногами упирается.  
Он в мужском и в женском зале  
Весь паркет слезами залил.  
Парикмахерша устала и мальчишку  
Стричь не стала  
А волосы растут!  
Год прошел, другой проходит.  
Мальчик стричься не приходит,  
А волосы растут, а волосы растут!   
Отрастают, отрастают -  
Их в косички заплетают!   
Ну и сын, - сказала мать, -  
Надо платье покупать.  
Мальчик в платьице гулял,   
Мальчик девочкою стал   
И теперь он с мамой ходит   
Завиваться в женский зал!

**АЙБОЛИТ:** Ну и ну! Вот это история!

Ребята, а вы знаете, что ученые определили, волосы за год отрастают на 12-15 см. А чтобы они были густыми и здоровыми, за ними надо ухаживать и прежде всего ежедневно расчесывать. При этом они очищаются от грязи и пыли. И, конечно, у каждого должна быть своя личная расческа. Девочкам следует заплетать косы, а мальчикам 1 раз в месяц подстригаться и носить аккуратные прически, Иначе можно из мальчика превратиться в девочку. Вот потеха!

- Ребята, сегодня на праздник должны были придти мои друзья. Но почему-то они задерживаются!

**2 ведущий.** К нам кто-то идет, но почему-то они плачут!

(Входят “предметы гигиены”, опустив головы, плачут. На шее перевернутые таблички с рисунками.)

**1 ведущий.** Кто вы? Что случилось?

**ДУШ:** Мы друзья Айболита. Злая грязь заколдовала нас итеперь мы не можем дружить с ребятами. Везде наступит беспорядок и будет царство Грязи!

**3 ведущий.** Какой ужас! А мы с ребятами можем вам помочь?

**ДУШ:** Надо разгадать загадки. Помогите!

**3 ведущий.** Конечно поможем. Ведь, правда, ребята?

**ГРЯЗЬ** (из-за дверей): Ха, ха, ха! Ничего у вас не получится. Скоро настанет мое время!

**ЗЕРКАЛО:** Мудрец в нем видел мудреца, Глупец - глупца, баран-барана. Овцу в нем видела овца, А обезьяну - обезьяна. Но вот подвели к нему Федю Баратова. И Федя увидел неряху лохматого.

**РАСЧЕСКА:**

Целых 25 зубков  
Для кудрей и хохолков.  
И под каждым под зубком  
Лягут волосы рядком.

МЫЛО: Гладко, душисто, моет чисто. Нужно, чтоб у каждого было Что, ребята?

**ЗУБ. ЩЕТКА:**

Кому же утром каждый день  
Чистить зубки нам не лень?

**НОС. ПЛАТОК:**

Лег в карман и караулю  
Реву, плаксу и грязнулю.   
Им утру потоки слез,   
Не забуду и про нос.

**ДУШ:** Вот какой забавный случай! Поселилась в ванне туча. Дождик льется с потолка Мне на спину и бока.

**1 ведущий.** Ура! Мы спасли наших друзей. Молодцы, ребята! Ничего не вышло у Грязи. (обращается к Грязи)

- Ну теперь ты убедилась.   
В школу зря ты к нам явилась.   
Все умеют наши дети -   
Прибираться, умываться  
И зарядкой заниматься им не лень,   
С настроением хорошим Начинают каждый день!

**ГРЯЗЬ:**

Плохи совсем мои дела  
И здесь друзей я не нашла, (уходит)

**2 ведущий.**

Смелым, сильным и здоровым  
Будет он, и ты, и я  
Если рядом и повсюду   
С нами будет чистота!   
Запомнить нужно навсегда   
Залог здоровья - чистота!

Звучит песня “ Если хочешь быть здоров…”