

**МОУ Широковская ООШ.**  
**КВН «Забота о здоровье – лучшее лекарство!».**

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни, профилактика безнадзорности и правонарушения.

**Задачи:**

- формирование у учащихся ответственного позитивного отношения к себе, к своему здоровью и здоровью окружающих людей;
- формирование у учащихся активной жизненной позиции и ориентации на здоровьесбережение.
- Обеспечение занятости детей в свободное время.

Оборудование: плакаты о ЗОЖ, рисунки о ЗОЖ , созданные участниками, аудиосопровождение, спортивный инвентарь, цветные карандаши, фломастеры.

Авторы: ученица 9 класса Шестакова Мария , ученица 8 класса Бурдинская Анна.

**ХОД МЕРОПРИЯТИЯ**

**1.Подготовительный этап.**

1. Организация команд. 2 команды 8-10 человек в каждой. Учащиеся 5-9 классов.

2. Подготовка домашнего задания.

Домашнее задание:

1. Переделать русскую народную сказку на современный лад со спортивным уклоном. В качестве основы предлагаются следующие сказки: курочка ряба, сказка о рыбаке и рыбке, репка, теремок, красная шапочка.
- 2.Переделать текст популярной песни на спортивную тему.
- 3.Придумать веселый вопрос для соперника на тему здорового образа жизни.
- 4.Придумать двестишие, призывающее соблюдать здоровый образ жизни.
- 5.Придумать девиз и эмблему команды.
- 6.Подготовить новость (сообщение) на тему здорового образа жизни и спорта с юмористическим уклоном.

**2. Основной этап**

**Начало КВНа** Звучит музыка Шаинского «Мы начинаем КВН...»

Ведущий: Добрый вечер, дорогие дети и многоуважаемое жюри! Сегодня мы затрагиваем тему здорового образа жизни. Здоровье – самое ценное в жизни человека и к нему надо относиться бережно.

Тему здоровья мы затрагиваем каждый день. Народная пословица гласит: **«Забота о здоровье – лучшее лекарство!»**.

У нас сегодня участвуют 2 команд. Количество участников команды – 10 человек, а остальные учащиеся будут болеть за свою команду.

Оценивать конкурсы будет наше многоуважаемое жюри (представляешь жюри). Не судите очень строго, но будьте справедливы. Итак, начинаем. А начнем КВН сегодня известными стихами.

Крошка сын к отцу пришел.

Испросила кроха:

«Что такое хорошо

И что такое плохо?»

Если делаешь зарядку,  
Если кушаешь салат,  
Если любишь шоколадку –  
То найдешь здоровья клад.  
Если мыть не хочешь уши,  
И в баню ты не ходишь,  
С сигаретою ты дружишь –  
Так здоровья не найдешь.

Нужно, нужно по утрам и вечерам

Умываться, закаляться, спортом смело заниматься,

Быть здоровым постараться.

Это нужно только нам!

Забота о здоровье в наших руках, так что относитесь к своему здоровью бережно.

Итак, первый конкурс – «Приветствие». Проведем жеребьевку, кто будет выступать, в какой последовательности. (Ведущий приглашает команды на сцену, представляет их)

## **Игра**

### **1-й конкурс Представление команд**

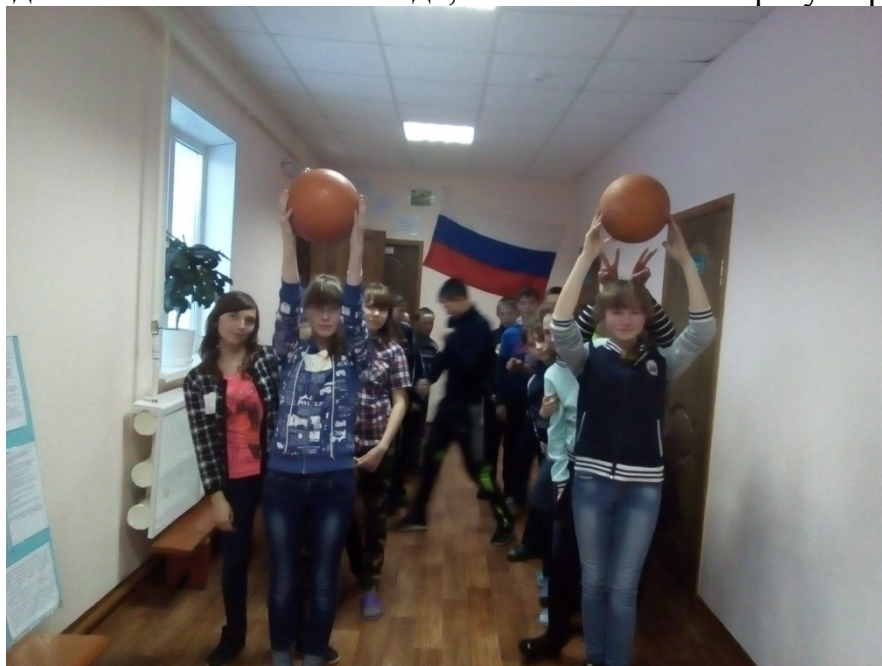
Команды по назначенной или выбранной по жребию очереди представляют себя: называются, называют девиз, объясняют эмблему. Жюри оценивает представление команд



Ведущий : -Ну вот мы познакомились с нашими командами. Команды Вы готовы! Ну вот и хорошо. А сейчас для вас спортивный конкурс для разогрвки.

## 2-й конкурс. Спортивный.

Эстафета с мячом на месте. Команды выстраиваются в цепочки и руками поверх голов передают мяч друг другу в одну сторону и обратно. Победителем считается команда, закончившая эстафету первой.



### 3-й конкурс.

#### **Инсценировка «Старая сказка на новый лад».**

Команды в течение 5 минут показывают инсценировку сказки

Пример инсценировки: «Жила, была коза, и было у нее семеро козлят. Каждый день коза уходила за молоком и лесными орехами. Когда уходила, строго наказывала козлятам: - Козлятушки-ребятушки закрывайтесь, запирайтесь, серый волк придет. У него зубы острые, лапы сильные: схватит вас и съест. Козлята запирались, закрывались и серого волка не пускали. Но надоело им бояться серого волка и говорит один смелый козленок: - Давайте серого волка спортом победим. И начали они делать утреннюю гимнастику, бегать по утрам и вечерам и тренироваться в бодании. И вот однажды, когда серый волк к ним пришел, они не стали прятаться. Удивился серый: - я вас сейчас мигом съем. - А ты сначала догони - смеются над ним козлята. - Ах, так, - и кинулся серый волк за ними. Долго гонялся, но догнать никого не смог, а отдышаться не может. Стали тогда козлята его бодать, да и забодали насмерть. Так здоровый образ жизни козлятам помог!»



#### **4-й конкурс. Спортивный** **«Водоносы»**

На одной стороне сцены устанавливаются по одному полному стакану воды для команды. На другой стороне сцены пустые стаканы. Необходимо ложками перенести воду из полных стаканов в пустые. В конце конкурса, жюри оценивает, какие команды перенесли наибольшее количество воды.



5-й конкурс. Спортивный.

**«Хвостатые попрыгунчики»**

Представителям команд, можно капитанам, привязывают сзади на веревочке шарики и дают в руки острый предмет (гвоздь, кусочек проволоки и прочее). Участникам игры необходимо проколоть шарик соперника. Нельзя при этом брать свой или чужой шарик в руки.

6-й конкурс. Пантомима.

**«Угадай вид спорта»**

Команды выделяют по одному игроку для того чтобы они мимически показали им вид спорта, который задумали соперники. При этом каждая команда придумывает вид спорта и сообщает его выделенному из другой команды сопернику. Какая команда быстрее угадает вид спорта, придуманный соперниками, та получает большее количество баллов.

7-й конкурс. Музыкальный.

**«Нам песня здоровье сохранить помогает»**

Команды исполняют песни, переделанные их хитов.



Ведущий: - Ну, а теперь ребята поработаем интеллектуально

### **Задание 1.**

**Ответьте на вопросы желательно одним словом (за каждый правильный ответ – 1 балл, максимальное кол-во баллов – 15)**

1. Что не купишь ни за какие деньги. (**Здоровье**)
2. Для нормального функционирования человеку необходимо в день 2,5 литров этого вещества. Что это? (**Вода**).
3. Как называется массовое заболевание людей. (**Эпидемия**)
4. Как называется одним словом рациональное распределение времени. (**Режим**)
5. Тренировка организма холодом. (**Закаливание**)
6. Какая жидкость переносит в организме кислород. (**Кровь**)
7. Как называется наука о чистоте. (**Гигиена**)
8. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (**Микроб**)
9. Добровольное отравление никотином. (**Курение**)
10. Этот русский полководец в детстве был очень слабым ребёнком, но он прекрасно закалил себя. Лучшим способом закаливания он считал русскую баню. Там он выдерживал ужасный жар на полке, после чего на него выливали 10 вёдер холодной воды. (**Суворов**).
11. Для чего уже в Древнем Китае и Персии здоровые люди наносили на царапину немного крови больных оспой?  
(**Таким образом, заражённые люди переносили заболевание легче. Это как прививка**).
12. Назовите витамин, который вырабатывается в организме человека только под воздействием солнечных лучей. (**Витамин Д**).
13. В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. Оно полезно и необходимо. Что это? (**Сон**)
14. Можно ли после бега сразу сесть, чтобы отдохнуть?  
(**Нет. Нужно походить, чтобы кровь не застоялась в венах**)
15. Что необходимо принимать перед сном обязательно, а в жаркую погоду - утром и вечером? (**Душ**).



## Задание 2.

**Вашему вниманию представлены русские пословицы и поговорки о здоровье, спорте и физкультуре, закаливании. Вам необходимо определить последнее слово и закончить поговорку (за каждый правильный ответ 1 балл, максимальное кол-во баллов - 10)**

1. "Двигайся больше — проживешь **дольше**".
2. "Ледяная вода — для всякой хвори **беда**".
3. "Кто от жира тяжело дышит — тот здоровьем и не **пышет**".
4. "Чем тоньше талия, тем длиннее **жизнь**".
5. "Умеренность в еде целебнее, чем сто **врачей**".
6. "Укладываясь спать с пустым желудком, проснешься **бодрым**".
7. "От вкусной и сладкой еды – ничего не жди, кроме **беды**".
8. "Дай работу своему телу — отдохнет твоя **голова**".
9. "Лучше вдохнуть свежего воздуха, нежели пить **лекарство**".

**Задание 3. Расставьте слова в правильной последовательности и прочитайте пословицу (за каждую правильно написанную пословицу 1 балл, максимальное кол-во баллов - 10)**

### Пословица

Кто занимается силы, тот набирается спортом.

*Кто спортом занимается, тот силы набирается.*





**Задание 4. В кроссворде зашифрованы названия фруктов, овощей и ягод. Найдите и запишите как можно больше ягод, фруктов и овощей (максимальное кол-во баллов - 13 баллов).**

м	о	р	к	о	в	ь	ф	п	л	а	ч	к
в	с	в	а	г	р	у	ш	а	и	н	е	а
и	в	и	л	у	к	м	п	р	м	а	р	р
н	ё	ш	а	р	а	р	о	я	о	н	е	т
о	к	н	м	е	и	т	м	б	н	а	ш	о
г	л	я	ч	ц	с	м	м	л	м	с	н	ф
р	а	м	п	о	м	и	д	о	р	м	я	е
а	п	е	л	ь	с	и	н	к	м	т	м	л
д	к	а	п	у	с	т	а	о	п	ы	в	ь
м	а	н	г	о	м	м	в	в	е	к	в	в
д	ы	н	я	ы	в	ф	ы	а	р	в	ы	б
м	а	н	д	а	р	и	н	р	е	а	е	а
к	у	к	у	р	у	з	а	б	ц	в	е	н
ц	с	л	и	в	а	у	к	у	е	н	г	а
г	р	а	н	а	т	у	к	з	е	н	г	н
к	л	у	б	н	и	к	а	п	и	т	п	р

**Ответы:** морковь, помидор, огурец, тыква, лук, капуста, апельсин, мандарин, лимон, яблоко, виноград, слива, арбуз, кукуруза, перец, гранат, груша, картофель, свёкла, ананас, вишня, дыня, черешня, клубника, банан, манго.

Заключительный этап.

Жюри высказываются об игре команд и подводят итоги КВН «**Забота о здоровье – лучшее лекарство!**». Награждение участников.