**Сценарий ко Всемирному Дню Здоровья «Здоровому – все здорово!»**

**Цель:** формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**
• обобщить знания о здоровье и его укреплении;
• способствовать формированию знаний о здоровом образе жизни;

 • стимулировать желания детей к ЗОЖ, укреплению здоровья.

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Приветствуем всех, кто время нашел.
На праздник здоровья охотно пришел.
Кто хочет прожить без врачей и таблеток.
Кто бодрый, веселый - их любим за это!
Здоровье своё бережём с малых лет.
Оно нас избавит от болей и бед!

 Да, ребята, в наше время компьютерных технологий, как вы думаете, что всего дороже? Конечно же, здоровье! О здоровье мы говорим практически каждый день, но сегодня, остановимся на нем поподробнее. И вот почему. 7 апреля считается Всемирным днем здоровья. Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Его не купишь за деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете решать жизненно важные задачи. Все мы хотим вырасти крепкими и здоровыми. Быть здоровым – естественное желание человека, рано или поздно о нем задумываются все. Каждый из нас должен осознавать, какой это бесценный клад и понять, что же входит в это важное и значимое для нас слово – «Здоровье».
**- Конкурс «Знание – сила»**
Здесь мы обобщим ваши знания о своем здоровье и что делать для того, чтобы его улучшить. Я задаю вопрос, а вы отвечаете. Готовы? Начали.
**Вопросы:**
1. Кто может заразить человека бешенством? (животные.)
2. Рациональное распределение времени в течение суток – это… (Режим)
3. Как называется любое массовое заболевание людей. (Эпидемия)
4. Как называется материал для перевязки? (бинт.)
5. Как называется травма, нанесенная огнем? (ожог.)
6. Что способствует закаливанию организма? (солнце, воздух, вода.)
7. У детей чаще, чем у взрослых, бывает искривление позвоночника и ног, однако они реже ломают кости. От какого вещества это зависит? (Кальций)
8. Как называется результат воздействия мороза на организм человека? (обморожение.)
9. Мельчайший организм, переносящий инфекцию – это…(Микроб)
10. Способность организма защищать себя от вторжения вирусов и бактерий – это… (Иммунитет).
11. Она является залогом здоровья (Чистота).
12. Решающая характеристика внешности для баскетболиста (Рост).
Отлично справились с заданием и мы переходим к следующей букве.

**«Дорога к здоровому телу».**
Как говорится, «В здоровом теле – здоровый дух». Спорт оказывает особое влияние на здоровье. Поэтому предлагаю потренироваться и показать свою силу, мощь и спортивную подготовку. Сейчас приглашаю к себе 3 спортсменов, кто не боится показать себя и свою отличную подготовку.
*Ваша задача:*отжаться как можно больше раз.
Теперь приглашаю следующих участников.
**Отжимания**
*Ваша задача:*прокачать пресс как можно больше раз. Участники ложатся на пол и по команде отрывают голову и лопатки от пола.

**Конкурс пословиц**
А вот в каких, мы с вами узнаем. Перед вами алфавит и каждой букве соответствует определенная цифра. Вам будет предложен код, по которому вы сможете прочитать заданную пословицу. Задание понятно? Тогда начнем.
1) 25, 10, 19, 20, 16, 20, 1 – 9, 1, 13, 16, 4 ... 9, 5, 16, 18, 16, 3, 28, 33
Ответ: Чистота – залог здоровья!
2) 12,18,6,17,16,12 .... 20,6,13,16,14 – 2,16,4,1,20 .... 10 .... 5,6,13,16,14
Ответ: Крепок телом – богат и делом.
3) 12,20,16 .... 13,32,2,10,20 .... 19,17,16,18,20, .... 20,16,20 .... 9,5,16,18,16,3 .... 10 2,16,5,18 Ответ: Кто любит спорт, тот здоров и бодр.
4) 9,5,16,18,16,3,28,33 .... 9,1 .... 5,6,15,28,4,10 .... 15,6 .... 12,21,17,10,26,28 Ответ: Здоровья за деньги не купишь.
5) 2,29,19,20,18,16,4,16 .... 10 .... 13,16,3,12,16,4,16 .... 2,16,13,6,9,15,28
15,6 5,16,4,16,15,10,10 Ответ: Быстрого и ловкого болезнь не догонит.

**«Рифмоплеты»**
Вам будут предложены фразы, а вы должны их дополнить недостающим словом.
В кране нам журчит водица:
«Мойте чище ваши ……» (*лица*)

Разгрызёшь стальные трубы,
Если чисто чистишь ………. (*зубы*)

Превратятся скоро в когти
Неподстриженные …… (*ногти*).

В бане целый час потела –
Лёгким, чистым стало …….. (*тело*).

С детства людям всем твердят,
Что табак – смертельный ……… (*яд*).

Объявили бой бациллам:
Моем руки чисто с ……… (*мылом*).

Теперь внимательнее!!!
Зубы ты почисть сначала,
Есть для этого ……. (*щётка и паста*)

Хоккеистов слышен плач:
Пропустил вратарь их …….. (*шайбу*)

С каждым днём нам лето ближе,
Скоро встанем все на ……. (*на ролики*)

Лыжня огибает деревья, пеньки,
Несут, как на крыльях, нас наши………. (*лыжи*)
У Иринки и Оксанки
Трёхколёсные есть…….. (*велосипеды*).

**Викторина "Гигиена-залог здоровья»**
Разгрызёшь стальные трубы,
Если часто чистишь … ЗУБЫ
\*\*\*
Я беру гантели смело —
Тренерую мыщцы … ТЕЛА
\*\*\*
Подружилась с физкультурой —
И горжусь теперь ФИГУРОЙ
\*\*\*
Стать сильнее захотели?
Поднимайте все … ГАНТЕЛИ
\*\*\*
Спала чтоб температура
Вот вам жидкая … МИКСТУРА
\*\*\*
Не везёт сегодня Светке —
Врач дал горькие … ТАБЛЕТКИ
\*\*\*
Повезло сегодня Юле
Врач дал сладкие … ПИЛЮЛИ
\*\*\*
Сок, таблеток всех полезней,
Он спасёт от всех … БОЛЕЗНЕЙ!
\*\*\*
С детства людям всем твердят:
Никотин — смертельный … ЯД
\*\*\*
Хоть ранку щиплет он и жжёт
Лечит отлично — рыжий …ЙОД
\*\*\*
Для царапинок Алёнки
Полный есть флакон … ЗЕЛЁНКИ
\*\*\*
Объявили бой бациллам:
Моем руки чисто с …. МЫЛОМ
\*\*\*
Мне поставила вчера
Два укола … МЕДСЕСТРА
\*\*\*
Бормашины слышен свист —
Зубы лечит всем … ДАНТИСТ

**Викторина «Зелёная аптека».**
При помощи зелёных растений можно вылечить многие болезни. Давайте попробуем разобраться, какие растения можно применять при разных болезнях?
1) Какую траву любят кошки, какую болезнь лечат этой травой?
- Валериана, сердечные болезни
- полынь,
- зверобой.
2) У каких растений в качестве лекарственного сырья используют плоды?
- Черника и шиповник,
- шиповник и малина,
- рябина и смородина,
- облепиха. Все правильные ответы.
3) Назовите ядовитые растения, которые в тоже время являются и лекарственными.
- белена,
- полынь,
- лютик.
5) Почему в бане парятся именно берёзовым веником?
- вкусно пахнут,
- Листья берёзы убивают болезнетворные микробы,
- береза заживляет раны.
6) У каких растений в качестве лекарственного сырья используют цветы? (Липа, календула, ромашка, пижма).
7) Задание: Представьте, что вы в походе поранили ногу. Бинта с собой нет, при помощи какого растения можно остановить кровотечение? (Подорожник, тысячелистник, крапива).
8)Какие растения используют как жаропонижающие средства?
- Малина
- банан
- лимон
- капуста.
9)Какие растения используют для лечения нарывов?
(Алоэ, каланхоэ, подорожник, календула, капуста).

**Ведущий:** Теперь вам известны многие секреты здорового образа жизни. Напоследок я хочу вам сказать, что быть здоровыми может каждый из вас. Нужно только очень захотеть. Ребята, будьте здоровы!