

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
“Средняя школа № 6”

Внеклассное мероприятие о здоровье

Азбука здоровья

1-2 класс



Подготовила

учитель начальных классов

МКОУ «СШ № 6»

Турченкова О.В.

Ведущий: Сегодня у нас необычный урок – урок здоровья. Быть здоровыми хотят взрослые и дети. Как здоровье сохранить? Кто может мне ответить? Вести урок здоровья мне поможет один сказочный герой. Отгадайте, как его зовут.

*Всех на свете он добрей,
Лечит он больных зверей.
Он известен, знаменит,
Это ... (доктор Айболит).*

(появляется Айболит)

Айболит: Здравствуйте, ребята! Я пришёл вас научить,
Как здоровье сохранить.
Много грязи вокруг нас,
И она в недобрый час
Принесёт нам вред, болезни.
Но я дам совет полезный.
Мой совет совсем не сложный –
С грязью будьте осторожны!

Ведущий: послушайте ещё один совет, который даёт нам писатель Григорий Остер:

*Никогда не мойте руки,
Шею, уши и лицо.
Это глупое занятие
Не приводит ни к чему.
Вновь испачкаются руки,
Шея, уши и лицо.
Так зачем же тратить силы,
Время попусту терять.
Стричься тоже бесполезно,
Никакого смысла нет.
К старости сама собою
Облысеет голова.*

Будем мы следовать его совету? Правильно, ребята! Писатель Григорий Остер так и назвал свой совет “вредным”.

Айболит: А сейчас отгадайте загадки. Что необходимо иметь, чтобы быть здоровым?

*Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится (мыло).*

*Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке.
И пока она гуляла,
Спинка розовою стала (мочалка)*

*Плещет тёплая волна,
Под волною белизна.
Отгадайте, вспомните,
Что за море в комнате? (ванна)*

*Дождик тёплый и густой,
Этот дождик не простой:
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов (душ)*

*Говорит дорожка –
Два вышитых конца:
Помойся хоть немножко,
Чернила смой с лица!
Иначе ты в полдня
Испачкаешь меня (полотенце)*

*Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолков.
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком (расчёска)*

*Лёг в карман и караулит-
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утрёт потоки слёз,
Не забудет и про нос (носовой платок)*

*Костяная спинка,
Жёсткая щетинка,
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит (зубная щётка)*

Ведущий: А сейчас я проверю ваше внимание. Слушайте вопросы, которые я буду задавать вам. Если вы не согласны, то молчите. А если согласны, то отвечайте хором: “Это я, это я, это все мои друзья”.

*Кто ватагаю весёлой
Каждый день шагает в школу?*

*Кто из вас из малышей
Ходит грязный до ушей?*

*Кто любит маме помогать,
По дому мусор рассыпать?*

*Кто одежду бережёт,
Под кровать её кладёт?*

*Кто ложится рано спать
В ботинках грязных под кровать?*

*Кто из вас не ходит хмурый,
Любит спорт и физкультуру?*

Айболит: Скажите, ребята, только люди соблюдают чистоту, чтобы не заболеть? Правильно, животные тоже заботятся о чистоте своего тела. Но иногда они всё-таки болеют. Я должен на время покинуть вас – меня ждут больные зверюшки. Но мы с вами сегодня ещё встретимся.

(Айболит уходит)

Ведущий: А теперь давайте отправимся в лес и понаблюдаем, что происходит в лесу, как ведут себя зверушки.

(выходит волк, зевает, ложится под ёлку)

Ёжик: С добрым утром, дядя Волк!
Почему ещё в постели?
Может быть, вы заболели?

Волк: Я здоров, ещё я сплю.
Вставать я рано не люблю.

Ёжик: А я рано просыпаюсь
И зарядкой занимаюсь.
Зубы чищу каждый день.
И холодной водою
Обливаться мне не лень.
Каждый раз перед едой
Лапки мою я водой.

Волк: Зубы чистить я не буду,
И не буду мыть посуду.

Ёжик: Как же это? Почему?

Волк: Всё равно мне ни к чему.
Все меня и так боятся,
Стоит только показаться,
Начинают все дрожать,
Смотрят, как бы убежать.
Место тихое найду (*зевает*)
И ещё часок вздремну.

(волк уходит, появляется белка)

Белка: Я белка- попрыгунья,
Большая хлопотунья.
Целый день тружусь,
За чистотой слежу.
Чтоб запас был в кладовых,
Я тружусь без выходных.
Ох, тверды скорлупки.
Крепки мои зубки.
Я чищу их старательно
Утром, вечером обязательно.

(выбегает заяц)

Заяц: Чтоб быть быстрым,
Чтоб быть ловким,
Я на завтрак ем морковку.
Витаминов в ней не счесть.
Всем морковку надо есть.
Я от вас, друзья, не скрою.
Постоянно уши мою.
У лисицы острый нюх,
У меня отличный нюх.

(выходит медведь)

Медведь: Кто в лесу гуляет?
Кто мне спать мешает?

Ёжик: Это мы – зверюшки,
Играем на опушке.
Выходи к нам, Мишка!

Медведь: Я немного толстоват,
И немного косолап.
Но поверьте мне, ребята,
В этом я не виноват.

Ёжик: А скажи, Мишутка, нам,
Чем ты занят по утрам?

Белка: Расскажи нам по порядку,
Часто ль делаешь зарядку?

Заяц: Спортом занимаешься?
Водю закаляешься?

Медведь: Нет, зарядку-то, ребята,
Я не делал никогда.
Закаляться? Страшно, братцы,
Ведь холодная вода.
Может, средство есть другое,
Чтобы сильным, ловким стать,
От других не отставать?

Ёжик: Есть такие средства, есть,
Сладостей поменьше есть.

Белка: Утром долго не валяться,
Физкультурой заниматься.

Заяц: Прыгать, бегать и скакать,
Душ прохладный принимать.

Медведь: Ой, ой, ой, мне не суметь,
Я ведь всё-таки медведь.

Ёжик: Ничего не бойся, Мишка,
Ты медведь, а не трусишка.

Белка: Рядом с нами ты вставай,
Всё за нами повторяй!

(звери под музыку делают зарядку. Появляется волк, идёт, согнувшись)

Волк: Случилась со мною напасть,
Не могу широко открыть пасть,
Не могу я ни спать, ни есть,
И облезлой становится шерсть...
Ох, терпеть мне невмочь,
Кто мне сможет помочь?

Белка: Тебе нужно в лесную больницу,
Очень долго придётся лечиться.
Очень сложно болезни лечить,
Легче болезнь предупредить.

(волка уводят к Айболиту. Появляется чижик)

Чижик: Весна пришла, и потеплело.
Пальто носить мне надоело.
Не страшна мне больше стужа,
Я купался в тёплой луже.

(исполняют песню “Чижик-пыжик”, после этого уводят его к Айболиту)

Звери: Чижик-пыжик, где ты был?

Чижик: В гости к бабушке ходил,

Пил у бабушки компот
И пролил на свой живот.

Звери: Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Ты обманываешь нас!
Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Мы не верим в твой рассказ!

Звери: Чижик-пыжик, где ты был?

Чижик: В гости к дедушке ходил,
Пил у дедушки кефир,
Оттого я очень сыр.

Звери: Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Ты обманываешь нас!
Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Мы не верим в твой рассказ!

Звери: Чижик-пыжик, где ты был?

Чижик: В гости к зайцам я ходил,
Пил у них морковный сок,
Весь до ниточки промок.

Звери: Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Ты обманываешь нас!
Чижик-пыжик, чижик-пыжик,
Мы не верим в твой рассказ!

Звери: Чижик-пыжик, где ты был?

Чижик: В луже плавать я ходил,
Ну а в луже глубина
Восемь чижиков до дна.

Звери: Глупый чижик, глупый пыжик,
Ну-ка быстро марш в кровать!
Ты чихаешь, чижик-пыжик,
Нужно доктора позвать!

Ведущий: Пока наши зверюшки поправляют своё здоровье, давайте ещё немного поговорим о том, что здоровье легче сохранить, чем лечить болезни. Перед вами слово “здоровье”. Назовите мне на каждую букву слова, которые относятся к здоровью.

З - зарядка, закаливание

Д- душ

О - отдых

Р- режим, расчёска

О- обливание, обтирание

В – вода, витамины

Ь –

Е – еда (полезная)

(выходят Волк, Чижик, Айболит)

Волк: Спасибо добрым докторам!
Обещаю по утрам
Зубы чистить, умываться,
И зарядкой заниматься.

Чижик: Обещаю закаляться
И водою обливаться
Не водой из грязной лужи.
Нет её на свете хуже!

(исполняют песню “Доктор Айболит”)

1) Кто там плачет жалобно:
Ой, бо-бо-болит!
Помоги, пожалуйста, доктор Айболит!
Девочки и мальчики,
Вот он к нам спешит,
Что случилось, спросит нас доктор Айболит!

2) Лечит добрый доктор наш
Взрослых и детей,
Маленьких проказников и больших зверей.
К нам всегда на выручку
Он с утра спешит,
Лучший из волшебников-доктор Айболит!

3) Станут все здоровыми,
Будет аппетит.
Всех на свете вылечит доктор Айболит!
Каждый скажет доктору: “Больше не болит!”
Скажем все: “Да здравствует доктор Айболит!”

Ведущая: Дорогие ребята! На этом наш урок здоровья закончен. Мы надеемся, что все ученики нашей школы будут дружить с чистотой и выполнять все правила здорового образа жизни.