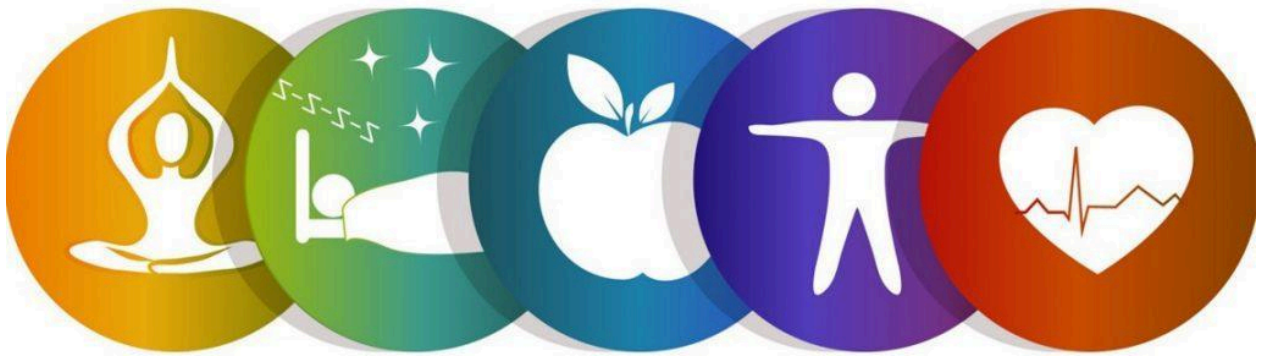


*КЗ «Лицей «Науковий»
Міської ради м.Кропивницького*



Конкурсно-розважальна програма

на тему:

«Здоров'я – запорука успіху!»

в рамках проведення тижня БЖ

Підготувала

Класний керівник 5 – Г

класу

Криворот О.С.

Конкурсно-розважальна програма

«Здоров'я- запорука успіху!»

Мета: сформувати в учнів навички здорового способу життя та толерантного спілкування.

Форма проведення: конкурсно-розважальна програма

Вік учасників: учні середнього шкільного віку.

Обладнання: таблиці з висловами: «Здорова людина – добра і справедлива», «Не той пропав, що в біду попав, а той, хто духом занепав», малюнки дітей «Що для мене здоров'я», «Кросворд здоров'я».

Хід заходу:

I. Вступна частина

Вчитель. Я радо вітаю усіх на конкурсно-розважальній програмі «Здоровим бути модно», що зібрала нас усіх разом у цей чудовий осінній день.

(Вчитель об'єднує учасників у 2 команди)

Давайте привітаємо наших учасників команд. До їх складу входять найерудованіші, найкмітливіші, найдотепніші учасники. У цій грі не буде переможених, адже, усі отримають гарний настрій.

Послухайте правила нашої гри.

Правила гри:

1. Гра складається з п'яти конкурсів.
2. Відповіді на запитання повинні бути швидкими, лаконічними, чіткими.
3. Відповіді оцінює журі.

II. Основна частина

1. Конкурс «Лото-здоров'я»

Завдання учасникам: у чарівному мішечку знаходяться кульки з номерами. Кожен гравець команди по черзі виймає кульку з номером, якому відповідає

питання, на яке гравець повинен дати відповідь. Кожна правильна відповідь – 1 бал.

Запитання для першої команди:

1. Вибери з переліку продуктів тільки ті, які можуть нашкодити здоров'ю: сметана, яблука, огірки, пепсі-кола, хліб, молоко, чіпси.
2. Який телефонний номер потрібно набрати у разі виникнення пожежі? *(101)*.
3. Як називаються коливання земної поверхні, що виникають унаслідок підземних поштовхів величезної сили? *(землетрус)*.
4. Що треба робити, щоб не хворіти, легше і швидше переносити зміни погоди? *(загартовуватися)*.
5. Кого називають «пасивним курцем»? *(людину, яка вдихає тютюновий дим, але сама не курить)*.
6. Цей антибіотик винайшли першим *(пеніцилін)*.
7. Найпоширеніша вірусна хвороба *(грип)*.
8. Стійкість організму до хвороби *(імунітет)*.

Запитання для другої команди:

1. Вибери з переліку людських звичок ті, які корисні для здоров'я: загартовування, куріння, чищення зубів, гризти нігті, ввічливість, говорити неправду.
2. Куди потрібно звертатись і який телефонний номер потрібно набирати, у разі виявлення крадіжки? *(у міліцію, 102)*.
3. Як називають розлиття річки при розтаванні снігу, льоду або від тривалих дощів і злив? *(повінь)*.
4. Яка невиліковна хвороба передається тільки через кров, спричиняється вірусом імунодефіциту, який ослаблює організм? *(СНІД)*.
5. Яке приміщення у будинку є найнебезпечнішим? Чому? *(кухня, адже в ній містяться різні електроприлади, газова плита)*.
6. Мікроелемент, який відповідає за розум людини» *(йод)*.

7. II називають основою життя (*вода*).
8. Найбільша залоза людського організму (*печінка*).

2. Конкурс « Розгадай кросворд»

Вчитель. Діти, ви любите відгадувати загадки? Якщо так, то це дуже добре, бо у наступному конкурсі вам потрібно відгадати загадки і розгадати кросворд. Перед вами, на дошці два кросворди (для кожної команди свій кросворд).

Завдання учасникам: члени команди по черзі виходять до дошки, слухають питання, дають відповідь і записують її у клітинки кросворду. (Максимальна кількість балів – 5)

Питання до I кросворду:

				1.				
2.	О	К	У	Л	Я	Р	И	
3.	П	О	В	І	Т	Р	Я	
4.	М	О	Р	К	В	А		
	5.	Ї	Д	А	Л	Ь	Н	Я
	6.	С	І	Р	Н	И	К	И

1. **Слово-підказка.** До кого звертаємося, якщо захворіли? (*Лікар*).
2. Два скельця, три дужки – на ніс і на вушка. (*Окуляри*).
3. Куди ступиш – всюди маєш, хоч не бачиш – споживаєш. (*Повітря*).
4. Сидить панна на дворі, а коса її на дворі. (*Морква*).
5. Ходять туди діти часто

Споживати їжу вчасно.

Це не клас і не читальня.

Смачно пахне у (Їдальні).

6. Дерев'яні хлопці у малій коробці

Полягали спати. Не треба чіпати!

Бо вони, як граються, то вогнем займаються. (Сірники).



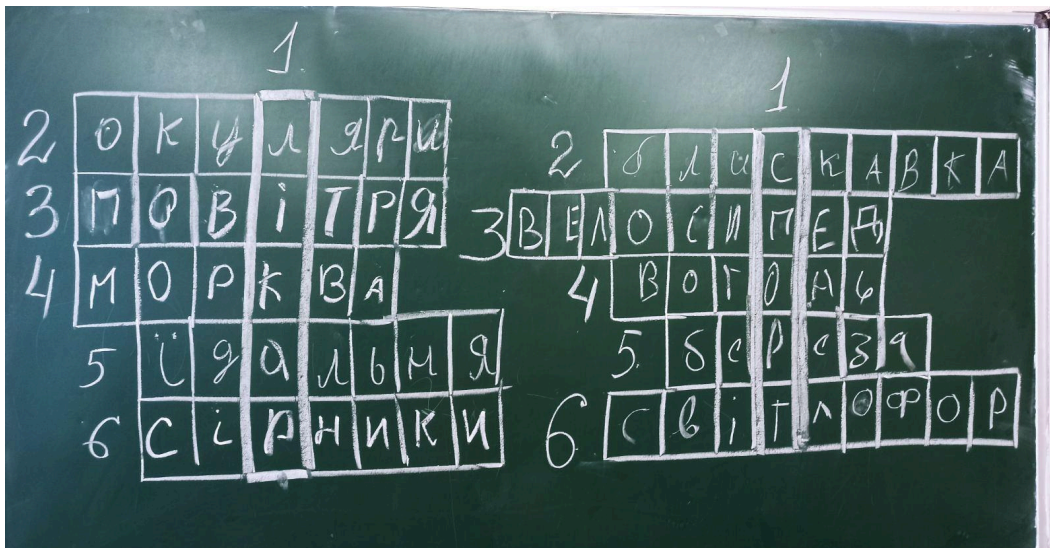


Питання до II кросворду:

					1.								
				2.	Б	Л	И	С	К	А	В	К	А
3.	В	Е	Л	О	С	И	П	Е	Д				
				4.	В	О	Г	О	Н	Ь			
					5.	Б	Е	Р	Е	З	А		
				6.	С	В	І	Т	Л	О	Ф	О	Р

1. **Слово-підказка.** Чим треба займатися, щоб стати сильним, здоровим, витривалим, мати гарну статуру? (Спорт).
Я йому підсвічу сцену, він співає: «Ух» та «Ох»! (*Блискавка*)
2. Нерозлийвода із братом – виступаємо у двох.
Ріжки знизу покручу й по дорозі полечу. (*Велосипед*)
3. Лісом він котився з ревом, їв траву, кущі, дерева.
А коли напивсь води – стих і згаснув назавжди. (*Вогонь*)
4. Я біла і тендітна, зелені маю коси.
І навесні п'ють люди мої цілющі сльози. (*Береза*).
5. Всім перехожим я моргаю,
щоб пильно глянули на мене.
6. Очей же я аж троє маю: червоне, жовте і зелене. (*Світлофор*)





3. Конкурс «Книгу прочитаєш – про здоров'я все пізнаєш»

Завдання учасникам: команди відповідають на питання. Правильна відповідь – 1 бал

Запитання для першої команди:

1. Назвіть ім'я книжкового героя, який мав декілька шкідливих звичок, завдяки яким став відомим на весь світ, тому що розказував всілякі небилиці так натхненно і переконано, що й сам зрештою починав у них вірити. Назвіть книжку. (*«Пригоди барона Мюнхгаузена»*)
2. Героїню якої казки, не зважаючи на мороз і заметіль, зла мачуха та її дочка відправили до зимового лісу за квітами? Назвіть казку (*«Дванадцять місяців»*)
3. Як називається книга, у якій записані священні тексти, визнані церквою як непорушний закон віри і життя? (*Біблія*).
4. Як звали маленького хлопчика, який зумів не лише вижити в диких джунглях, а й стати їхнім господарем, не втративши при цьому найкращих рис справжньої Людини. (*Мауглі*)
5. Яке природне явище описав у своєму вірші Т.Шевченко? (*Буря*)

Реве та стогне Дніпр широкий,
Сердитий вітер завива,

Додолю верби гне високі,
Горами хвилю підійма.

Запитання для другої команди:

1. Назвіть головну героїню казки Ш. Перро у якій йдеться про дівчинку, яка не цуралася брудної роботи, була доброю і щирою й за це добра фея нагородила її поїздкою на бал, де вона загубила один з елементів одягу, який, у свою чергу, допоміг їй вийти заміж за принца. Назвіть казку. (*«Попелюшка»*).
2. Назвіть ім'я українського і російського письменника, який чудово змалював казкову красу української ночі. (*Микола Гоголь*).
3. Який словник допоможе нам перевірити правильне написання слів «здоров'я», «загартовування», «безпека»? (*Орфографічний*).
4. Назвіть декілька шкідливих звичок Лиса Микити з казки Івана Франка «Фарбований лис». (*Хитрість, злодійкуватість, схильність говорити неправду*).
5. У міфах стародавньої Греції згадується Гігія – богиня здоров'я. Від її імені походить слово, яким називається наука про здоров'я, його збереження та зміцнення. Назвіть це слово. (*Гігієна*).

4. Конкурс «Прочитай приказку»

Завдання учасникам: кожній команді пропонується прочитати приказку, у якій літери у словах переставлені місцями. Правильна відповідь – 5 балів.

Рекомендовані приказки:

1. реДоб рещи цесер не євабу колинi дегор
(Добре щире серце не буває ніколи горде).
2. реГо муто тьжи, хто ямжитт не родожить
(Горе тому жить, хто життям не дорожить).

Вчитель. Поки наше журі підраховує загальну кількість балів, я хочу, щоб ви представили свої малюнки на раніше обрані теми та обговоримо їх



5. Тест «Моє здоров'я»

1. Ранкова зарядка:

- а) кожен день - 0;*
- б) 2 рази в тиждень - 5;*
- в) не робите -10.*

2. Як ви добираєтесь до школи:

- а) громадським транспортом - 5;*
- б) машиною -10;*
- в) на велосипеді, пішки - 0.*

3. Маса тіла:

- а) нормальна - 0;*
- б) за кожних 5 кг більше норми – 5; б) 2-4 год. в тиждень - 5;*
- в) менше норми - 5.*

4. Паління:

- а) не палю - 0;*
- б) 10 цигарок на добу - 5;*
- в) пачка на добу - 10.*

5. Харчування:

- а) багато масла, яєць, сметани - 5;*
- б) багато цукру, цукерок - 5;*
- в) ситна вечеря перед сном - 5.*

6. Виробнича гімнастика:

- а) робиться - 0;*
- б) інколи – 5;*
- в) без неї - 10.*

7. Фізичні вправи:

- а) без них - 10;*
- в) 8 год. в тиждень - 0.*

8. Вживання алкогольних напоїв:

- а) без них - 0;*
- б) на свята - 5;*
- в) систематично -10*

Сума балів 25 і більше визначає здоровий спосіб життя.

Сума 26-50 - спосіб життя досить здоровий, але якщо змінити шкідливі звички, його можна було б покращити.

Сума 51 і більше - неправильний спосіб життя, якнайшвидше потребує зміни звичок.

III. Підведення підсумків

Вчитель. Журі підрахувало кількість балів кожної з команд і назве переможців.

Представник журі нагороджує команду-переможця та подяки і призи всім учасникам команд за активну участь у грі.

Вчитель. Діти, ось і добігає кінця наша зустріч. Я гадаю, що конкурсні завдання для вас не були важкими, тому ви з ними дуже добре впоралися.

У цій грі переможців і переможених немає, тому що кожен, хто дбає про своє здоров'я і про здоров'я інших, хто знає, як зберегти наш світ від зла і ненависті, той завжди є і буде переможцем.

*Здоров'я – це ранок
Зі свіжим повітрям.
Це сонце, що гріє
Ласкаво й привітно.
Це хвилі Дніпра,
Що нам сили дають.
Бери це сміливо,
Мій друже , і в путь.
Здоров'я – це смак
Свіжих ягід дозрілих,
Це спорт, що дає нам
Наснагу і силу.
Це сон, що на крилах
Нам зорі несуть.
Усе це з собою
Узять не забудь.
Хто здоровий, – той сміється,
Все йому в житті вдається.
Він долає всі вершини,
Це ж чудово для людини!*

До нових зустрічей!

