КВН « Мы и наше здоровье!»

для отрядов 5-6 классов

Цель: способствовать воспитанию здорового образа жизни.

Задачи :

сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, уметь использовать полученные знания в повседневной жизни;

способствовать укреплению детей во время учебного процесса и во внеурочной деятельности;

развивать навыки сотрудничества;

способствовать сплочению детского коллектива, формируя нравственные качества учеников: умение дружить, общаться.

Оборудование: плакаты, детские рисунки

Ход мероприятия:

Ведущий:

Здравствуйте! Говорить друг другу «Здравствуйте» – это значит желать здоровья. Здравствуйте! Говорят при встречах. Мы и приветствуем Вас, дорогие дети и уважаемые гости!

Друзья! На КВН веселый

Мы снова в гости к вам пришли

Мы очень ждали этой встречи

И постарались как могли.

КВН – соревнование

В остроумии и знании

Чтобы этот КВН

Вам по душе пришелся всем,

Нужно знания иметь прочные,

Быть веселыми и находчивыми!

Ведущий:

Какой же конкурс – без жюри. Разрешите представить многоуважаемое жюри:

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ведущий:

Наш КВН посвящен здоровью и заботе о нем. Надеемся, что ваше остроумие и находчивость, взаимовыручка и поддержка помогут вам в столь интересной борьбе за здоровье. Итак, мы начинаем!

1 конкурс «Представление команды»

2 конкурс «Разминка»

Команды, внимание! Вам необходимо закончить пословицы, услышав начало.

1. Аппетит от больного бежит, а ………..( к здоровому катиться).

2. От сладкой еды……….( жди беды).

3. Спорт сочетаешь с делом – здоров……..(душой и телом).

4. Гнев человеку кости сушит и ………( сердце рушит).

5. Жизнь дана на…………( добрые дела ).

6. Лечи лёгкую болезнь, пока…………( тяжёлой не стала ).

3 конкурс «Всезнаек»

А теперь мы отправляемся в небольшое путешествие по нашему организму.

У вас будет карта, которая поможет быстрее вернуться из этого путешествия.

По этой карте вы должны будете обойти все станции-органы, дать им названия, подписать. Как только вы справитесь с заданием - вы завершите путешествие. Победит тот. Кто сделает всё быстро и правильно.

Игра со зрителями

Нет вреднее ничего

Глупого совета,

Мы не слушаем его,

Нам не нужно это.

А полезные советы

Прокричим в своих ответах.

Если хочешь долго жить - сигареты брось…….( курить )

Напомним каждому с любовью - курение вредит…..(здоровью)

Силу вам дают супы,

Овощи и каши.

Ешьте, будете сильны,

Как спортсмены……..(наши)

Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие…..( друзья)

Если хочешь похудеть,

Стройную талию иметь,

Со свининой не ешь суп –

Покрути – ка…….( хула – хуп ).

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком…….( овсянку ).

4 конкурс «Виды спорта»

Ведущий предлагает капитанам выбрать лепесток от цветика – семицветика. На этих лепестках — задания для разминки: написаны названия видов спорта. Одна команда показывает пантомиму, другие угадывают, что за вид спорта показан. Время на подготовку 1 минута.

Виды спорта:

велогонки;

бег с препятствиями;

прыжки с трамплина;

поднятие штанги

синхронное плавание

конный спорт.

5 конкурс « Кто больше?»

Ведущий: На столах у вас лежит лист бумаги со словом «ТРЕНИРОВКА». По команде, на время вам надо составить из этого слова как можно больше слов.

6 конкурс капитанов “Спортивный комментатор”.

Капитаны по жребию получают карточку-задание прокомментировать соревновательную ситуацию, на подготовку 1 минута:

соревнования по прыжкам в высоту среди блох;

соревнования в марафонском беге среди черепах;

вольная борьба среди раков;

футбольный матч между командами такс и болонок;

фигурное катание “Корова на льду — 2013”;

боксёрский поединок между бегемотом и жирафом.

Конкурс болельщиков

Отгадайте загадку, о каких органах и частях тела идёт речь?

За каждый правильный ответ команде присуждается 1 балл.

1.Брат с братом через дорожку живут,

А друг друга не видят. (глаза)

2.Всегда он в работе, когда говорим.

А отдыхает, когда мы молчим. (язык)

3.Между двух светил

Я в середине один. (нос)

4.Мы прикреплены к костям

Вместе двигаться нужно нам. (мышцы)

5.Два воздушных лепестка,

Розовых слегка,

Важную работу выполняют,

Дышать нам помогают. (легкие)

6.Тело сверху прикрываю,

Защищаю и дышу.

Пот наружу выделяю,

Температурой тела руковожу. (кожа)

7.У одной головы два брата

По разные стороны сидим

А ничего не видят и не говорят. (уши)

8.Он всё запоминает,

Смотреть, слушать, говорить,

Видеть помогает

Работой всего нашего организма управляет. ( мозг)

9. По реке бежит вода, очень красная она.

По ней кораблики плывут, кислород, пищу нам везут.

От микробов защищают и как могут помогают. ( кровь )

7 конкурс «Режим»

Режим, ребята много значит!

Поможет он решить задачи:

Когда ложиться и вставать?

Когда тетрадку открывать,

Чтобы садиться за уроки?

Когда идти гулять? Когда?

Ответ получишь ты тогда,

Когда изучишь ты режим

И станет он тебе родным!

Составьте свой режим дня, пользуясь нашей таблицей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № |  | время |
| 1 | Подьем |  |
| 2 | Утренняя зарядка, водные процедуры |  |
| 3 | Завтрак |  |
| 4 | Занятия в школе |  |
| 5 | Дорога домой |  |
| 6 | Обед |  |
| 7 | Прогулки, игры, кружки |  |
| 8 | Выполнение дом. заданий |  |
| 9 | Ужин |  |
| 10 | Свободное время |  |
| 11 | Сон |  |

8 конкурс «Реклама предметов гигиены» Д/З

Ведущий: Пока жюри подводит итоги сегодняшней игры, мы хотим пожелать и

каждому, кто к нам пришёл сюда, здоровым быть всегда.

Пусть каждое утро начинается с хорошего настроения.

Просыпайтесь с мыслью, что день принесёт вам удачу.

Дарите друг другу улыбки. Обмениваясь таким живым подарком,

мы будем здоровыми и радостными. Недаром ещё в древности было

подмечено, что обладатели крепкого здоровья - люди весёлые,

жизнерадостные, добрые.

Цените жизнь в активном проявлении.

Жизнь - не покой, а действие, движение.

Дружи с водой, купайся, обтирайся,

Зимой и летом спортом занимайся.

Хранить спокойствие всегда старайся,

И из – за пустяков поменьше раздражайся.

А теперь для подведения итогов слово жюри.

Награждение команд.