**МОБУ «Пружининская средняя школа»**

Сценарий мероприятия

для 1 – 11 классов

**«День здоровья»**

**Автор:**

Круглова Н.К.

учитель физической

культуры

**с. Пружинино**

**2017г.**

**Цель мероприятия:**

Привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

• Организовать досуг учащихся.

• Пропагандировать физическую культуру и спорт, как лучшее средство от любых болезней.

• Содействовать формированию жизненно-необходимых физических качеств.

• Формировать физическую красоту, силу, ловкость.

**Предварительная подготовка:**

Каждая команда, выбирает командира, название и девиз своей команды.

**Торжественное открытие**

**Всероссийского Дня здоровья**

**Звучит вступление песни «Физкультура!».**

**На сцене появляются ведущие.**

**Ведущий 1:**

Хорошо быть человеком!

Это сила на весь век!

**Ведущий 2:**

Это знания и мудрость,

Это ловкость, быстрота!

**Ведущий 1:**

Модным быть не день, не месяц,

А здоровым - навсегда!

**Ведущий 2:**

Я, ты, он, она-

Мы - красивая страна!

Мы - здоровая страна!

В нас вся сила, знаю я!

**Ведущий 1:**

Над Россией солнце светит,

Светел жизни путь.

Ты счастливым будь на свете,

Будь здоровым, будь!

**Ведущий 2:**

Так давайте скажем твердо-

Всем напастям нет!

Будем мы тогда здоровы

Много, много лет!

**Ведущий 1:** Быть здоровым - это модно!

**Ведущий 2:** Быть здоровым - классно!

**Ведущий 1:** Быть здоровым - не опасно!

**Ведущий 2:** А здоровое поколение - это сильная губерния, сильная страна!

Именно, под таким девизом будут проходить сегодня мероприятия, посвященные Дню здоровья!

**Ведущий 1:** А первооткрывателями Всероссийского Дня здоровья станут участники агитбригады «Наша молодежь».

**Ведущий 2:** Сколько проблем у современной молодежи! Уроки учить не хочется, а хочется играть на компьютере, компанией гулять по улицам. А потом, мы говорим, откуда берутся люди больные.

**Ведущий 1:** Вот об этом нам сейчас и расскажут ребята.

**«Молодежь выбирает здоровье!»,**

**Агитбригада представление, посвященное Всероссийскому Дню здоровья.**

***На фоне музыкальной заставки звучат слова:***

Откуда берутся люди больные?

Может быть, вовсе они не плохие?

Может, больные отколь прилетают?

А люди здоровые это не знают?

Откуда болезнь у Сережи грязнули?

Быть может больных и с Сатурна столкнули?

Чего мы сидим и впустую гадаем?

Об этой истории сейчас мы узнаем?

***Выходит мальчик, тянет за лямку портфель. Голова его опущена, взгляд поникший.***

***Фоном звучат слова:***

Идет человечек из школы домой,

Несет он портфель тяжелый с собой.

Спина покосилась, ломота в ногах,

Сейчас упадет, ели молвит он…

**Мальчик:** …Ах!

Я столько здоровья теряю, друзья,

Курил - тут же бросил- не лгу вовсе я!

Друзья вот позвали зимой на каток,

А я им ответил: « Не охота, ни скок!»

Весной меня звали гоняться с мячом –

«Бежать не хочу я, и это мне в лом!»

Надену я лучше блатные штаны,

Майку, бейсболку, от солнца очки

И сяду в тени, мне не нужен припёк,

Достану сигару - я все ж паренёк!

Друзья говорят, будто вредно всё это-

Курну вот разок и съем я конфету.

Быть может разок ничего и не будет?!

Нет, лучше посплю-

Может, кто-то разбудит!

***(Мальчик садится в тени, и засыпает).***

***Звучит музыкальная заставка на тему «Молодежь». Выходят представители молодежной агитбригады.***

**1-й:** Пойдемте, ребята, на школьный стадион, там сегодня День здоровья!

**2-й:** Быть здоровым - это здорово! (Делают хлопки)

**3-й:** А это кто здесь сидит? Да это же Сергей из соседнего класса!

**4-й:** Антон, пойдем с нами!

**Мальчик:** Никуда я не пойду-

Видеть вас я не хочу.

**1-й:** Как же так, с тобою что?

**2-й**: Что с тобой произошло?

**3-й:** Может быть температура?

**4-й: *(замечает около мальчика баночку из под пепси)***

Весьма странная микстура!

**1-й:** Что с собою сделал ты?

**Мальчик:** Что за натиск и панты?

Я сказал, что отдыхаю!

Ну, а вас я знать, не знаю!

**1-й:** Мы – ребята, просто класс!

**2-й:** Сила, грация при нас!

**3-й:** Дружим мы со спортом все-

Чтоб здоровым быть вполне!

**4-й:** Быть здоровым - наш аншлаг…

**Вместе:** Сделай верным с нами шаг!

**1-й:** Первый шаг - режим дневной:

Знай как есть, когда сон твой!

**2-й:** Шаг второй - зарядка утром!

**3-й:** Третий шаг - спокойным будь,

На уроке будь ты умным,

Дома злость ты позабудь!

**4-й:** Шаг четвертый - это мяч.

Далеко его не прячь!

Выходи играть с друзьями.

**1-й:** Ну а пять - ты вместе с нами

К здоровью по тропе шагай,

И дружно песню запевай!

***Участники агитбригады поют песню «Будь здоров!»***

***на мотив «Чунга - Чанга»***

Чудо-средство для здоровья есть,

Все по пальцам можно перечесть:

Гигиена — это будет раз,

Настроенье — как сейчас у нас!

**Припев.**

Это два, а три — зарядка.

Чтобы было все в порядке,

Надо спортом заниматься, закаляться.

А четыре — витамины,

Для болезней нет причины,

Надо только очень, очень постараться.

Сможем мы здоровье накопить,

Чтоб нам стало радостнее жить,

Чтоб заботу мы могли с тобой

Подарить планете голубой.

**Припев.**

Чтобы реки не мелели,

Родники чтоб звонко пели,

Чтобы всех зверей согрели мы любовью.

Чтоб здоровы были дети

На счастливой на планете,

Мы желаем всем и каждому здоровья!

Всем здоровья!

**1-й:** Быть здоровым - это классно!

**2-й:** Друзья, здоровым быть прикольно!

**3-й:** Здоровым быть совсем не больно!

**4-й:** Болезнь - это зло, и наше коварство.

**Вместе:** Здоровье – вот наше богатство!

***Дети читают стихи***

Чтобы громче пелись песни,

Жить, чтоб было интересней,

Нужно сильным быть, здоровым!

Эти истины не новы.

Со здоровьем дружен спорт.

Стадион, бассейн и корт,

Зал, каток – везде вам рады.

За старание в награду

Будут кубки и рекорды.

Станут мышцы ваши тверды.

Только помните, спортсмены

Каждый день свой непременно

Начинают с физзарядки.

Не играйте с дремой в прятки.

Вот здоровья в чем секрет!

Всем друзьям: Физкульт - Привет!

**Ведущий 1:**

На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

ЗДОРОВЬЕ - Это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Но как часто – мы, растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень и очень трудно.

Народная мудрость гласит:

«ЗДОРОВЬЕ ПОТЕРЯЕШЬ – ВСЁ ПОТЕРЯЕШЬ» Согласны ли вы с этой мудростью.

- От кого зависит в первую очередь здоровье человека?

(Ответы)

Ну что же начнём наш праздник.

**Ведущий 2:** Сейчас капитаны представят свою команду, назовут девизы.

**Представление жюри.**

Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут (представление членов жюри).

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

***Звучит музыка. Вбегает взлохмаченная веселая Лиса с сумочкой, на которой написано «Героин». Навстречу плетется медведь с букетом.***

**Медведь.**

Выйдешь Лиска, за меня?

**Лиса.**

Миша! Друг мой! Ты ли это?

Не видались мы все лето.

Как ты, бедный, похудел,

Будто целый год не ел.

Что с тобой? Ты больной?

**Медведь**.

Сам не знаю, что со мной?

Не здоровиться мне что-то:

Лезет шерсть, в костях ломота,

Ничего почти не ем,

Аппетита нет совсем!

Стал я раньше спать ложиться,

Кашель душит по утрам,

Дурнота по вечерам,

Колет сердце, в лапах дрожь.

**Лиса.**

Что ж ты к дятлу не пойдешь?

К дятлу надо обратиться,

Он у нас такая птица —

Сразу скажет, что к чему.

Ты не мнись, сходи к нему.

**Медведь.**

Вот немного подожду,

Станет хуже, так схожу.

***Играет музыка. Лиса прихорашивается, смотрит в зеркальце.***

***Шатаясь идет волк в старой шубе, несет пустые бутылки.***

**Лиса.**

Слушай, Вовочка-Волчище, что с тобой?

Свиньи ведь и те почище.

Ах, потускнели глаза,

Отказали тормоза?

Бросить пить никак не можешь?

**Волк.**

Не могу, тоска заела,

Лис, тоска меня ведь съела.

Я люблю тебя, Лису,

до добра не доведешь.

От любви бока болят,

Сердце ноет, в лапах дрожь...

Пропадаю.

**Лиса.**

Пропадешь,

К Сове если не пойдешь.

К Сове надо обратиться,

Она у нас такая птица —

Разберется, даст совет:

Да, так да, а нет, так нет!

**Волк.**

Завтра я к Сове помчусь.

Ну, ответь ты мне на чувства!

**Лиса (поет).**

Вот иду красиво

По лесной тропе,

Ну, а мне 16 лет.

У норы моей мелькнули вновь хвосты,

Вам двоим скажу я снова нет.

Вновь уносит меня в небо героин,

Я вам всем кричу «привет», «привет».

**Лиса.**

Миша, Вовик,

Я вас так люблю!

Но замуж не пойду.

Лучше дозу я употреблю.

**Выходит Сова:**

**Волк.**

Совушка, голубушка, наш друг.

**Медведь.**

Ты подойди поближе.

**Сова:**

Ба! Волк, Топтыгин, вам привет! Вы здоровы?

**Волк и Медведь.**

Видно, нет.

**Медведь.**

Кашель мучает.

**Волк.**

Бок болит.

**Сова:**

Миша, куришь!

А ты, дружище пьешь.

**Медведь.**

Да, курю, откуда знаешь?

**Волк**. А я пью.

**Сова:**

Больно дымом ты воняешь. (Слушает.)

Не дышать и не сопеть.

Ты больной, хоть и медведь.

**Медведь.**

Не смертельно? Не опасно?

**Сова:**

Накопилась в легких копоть,

От куренья вся беда.

Ты, Топтыгин, хочешь топать?

Брось куренье навсегда!

А теперь и ты дружище. (Слушает волка.)

Учащенный пульс, гипертония.

Больная печень, аритмия.

Бросишь пить, то уцелеешь

А будешь пить — то околеешь.

Выполняйте мой совет,

А иначе по дороге

Вы оба протянете ноги.

Чтобы сохранить могли вы себе фасон,

Видно бросить надо вам сигареты вон.

**Ведущий 1:** Итак, уважаемые гости, прошу каждого прокомментировать сюжет, показанный сказочными героями.

**Волк:** Я знаю средство от этих болезней,

Тогда эта грязь отсюда исчезнет. Принесите сюда справедливости весы,

Мы докажем, что черные подружки нам не нужны!

**Медведь:**

Помогите, друзья, справедливость найти,

На весы положите доводы свои.

Друзья, не подведите,

По одному к весам подходите.

На весы свои доводы кладите.

**Ведущий:**И чтобы подтвердить свои действия, давайте запомним раз и навсегда: «В здоровом теле - здоровый дух!»

***А сейчас перед началом соревнования прошу произнести клятву.***

Навеки спорту верным быть:

Клянемся!

Здоровье с юности хранить:

Клянемся!

Не плакать и не унывать:

Клянемся!

Соперников не обижать:

Клянемся!

Соревнования любить:

Клянемся!

Стараться в играх первым быть

Клянемся!

**Прежде чем отправиться команды в путешествия должны ответить на вопросы (за каждый ответ по баллу).**

**Вопросы:**

1. Какого цвета олимпийский флаг? (Белый)

2. Сколько колец на олимпийском флаге? (Пять колец)

3. Какая страна является родиной Олимпийских игр? (Греция)

4. Через сколько лет, проходят летние Олимпийские игры? (Через четыре года)

5. Кому посвящались олимпийские игры в Древней Греции? (Богу богов Зевсу)

6. Какого цвета олимпийские кольца? (Синий, черный, красный, зеленый, желтый.)

7. Чем награждается чемпион современных Олимпийских игр? (Золотой Олимпийской медалью)

8. Девиз олимпийских игр? (Быстрее, выше, сильнее)

9. Кто был инициатором начала олимпийского движения? (П. Кубертен)

10. Чем награждали чемпиона Олимпийских игр, в Древней Греции? (Оливковым венком)

11. Сколько золота содержит Олимпийская медаль? (Не менее 6 грамм )

12. В каком году проводилась Олимпиада в России? (2014)

13. В каком городе? (Сочи)

14. Принимают ли участие в олимпиаде дети до 16 лет? (Нет, только с 18)

15. Участвуют ли в олимпиаде женщины? (Да)

***Мы сегодня должны будем пройти 5 станций :***

***1. «Распорядок дня»***

***2. «Аттракционная»***

***3. «Эстафетная»***

***4. «Угадай – кА»***

***5. «Конкурсная «***

***6. « Дорожка»***

***И так поехали………..***

**Станция: «Распорядок дня»**

Командам раздаются в разброс карточки с пунктами режима дня. (`Подъем`, `ужин`, `свободное время`, `завтрак`, `зарядка`, `домашняя работа`, `прогулка`, `школа`, `сон`.)

Команды должны построиться в правильном порядке.

**Станция «Аттракционная»**

**Канатоходцы.** Первые участники команд кладут мешочек с песком на голову и по сигналу проходят до стула и обратно, передают мешочек вторым участникам и т. д.

**Станция «Эстафетная»**

1. **Бег в обручах.**
2. **«Всадники».**

Сидя на палке, прыгаем до фишки и назад. Кто быстрей.

1. **Конкурс «Буксировка».**

По сигналу первые игроки каждой команды буксируют обруч с мячом таким образом, чтобы мяч оставался в обруче во время движения. При потере мяча возвратить его в обруч и продолжить выполнение задания. Победителем становится та команда, все игроки которой быстрее выполнят это задание.

1. **Конкурс «Кегли».**

На площадке выставляются 2 кегли, по одной для каждой команды на расстоянии. От класса выходит один участник. По сигналу ведущего дети должны сбить кеглю мячом. Выигрывает тот, кто собьет большее количество раз кеглю.

***Станция «Угадай-ка»***

Отгадать загадку, о том, что является друзьями здоровья. Командам загадываются загадки. Если никто из команды не отгадал, то очередь переходит следующей команде.

1.Две сестры летом зелены,

К осени одна краснеет,

Другая чернеет. (смородина)

2.Каротином он богат

И полезен для ребят.

Нам с земли тащить не вновь

За зеленый его хвост. (морковь)

3.Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые

И маленькие детки (яблоко).

4.Кинешь в речку – не тонет,

Бьёшь о стенку – не стонет,

Будешь озимь кидать,

Станет кверху летать. (мяч)

5.Деревяные кони по снегу скачут,

В снег не проваливаются. (лыжи)

6.Этот конь не ест овса,

Вместо ног 2 колеса.

Сядь верхом и мчись на нем

Только лучше правь рулём (велосипед).

7.Костяная спинка, жесткая щетинка

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (зубная щетка)

8.Лег в карман и караулит – реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез, не забудет и про нос (платок, салфетка)

**Станция «Конкурсная»**

**Конкурс «Скакалочка»**

Из каждого класса выходят несколько детей, и среди них проводится соревнование. Побеждает тот, кто дольше всех прыгает со скакалкой.

**Конкурс «Полезная привычка»**

Перед каждой командой на противоположной стороне на стуле лежат листочки и ручки. Необходимо добежать до стула, написать на листочках полезные советы для других команд, которые помогают укреплять и сохранять здоровье

**Конкурс «Дорожка»**

Участвует 10 человек от команды. Каждый прыгает в длину с места, второй начинает от пяток первого, третий от пяток второго и т.д. Выигрывает команда, которая дальше всех прыгнула.

**Конкурс «Смех»**

Американские ученые выяснили, что когда человек смеётся, в его легкие поступает почти втрое больше воздуха. Кроме того, смех прекрасно тренирует голосовые связки. Так что смейтесь на здоровье! Чья команда заразительнее будет смеяться, та и выиграет конкурс

**Перетягивание каната.**

**Подведение итогов. Награждение команд.**

**Ведущий 1:**

Дорогие ребята и гости! Вот и закончились наши спортивные состязания. Теперь мы попросим уважаемое жюри подвести итоги и назвать победителей.

**Ведущий 2:**

Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, энергию и достичь долголетия.

Надеемся, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Ведь «Здоров будешь – всё добудешь!»

Так что будьте здоровы!

**План проведения мероприятий**

**День здоровья**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Предварительная работа** | | | | | | |
| № п/п | Наименование мероприятия | | Дата (сроки) проведения | Участники | | Ответственные |
| 1 | Конкурс рисунков на тему: «Если хочешь быть здоров - спортом занимайся!» | |  | 1-5 кл. | | Кл.рук. |
| 2 | Выпуск информационной стенгазеты «Здоровым быть здорово!» | |  | 6-7 кл | | Кл.рук. |
| 3 | Подготовка и выпуск листовки, информационного буклета, раскрывающих тему: «Я выбираю спорт, как альтернативу вредным привычкам» | |  | 8-9 кл. | | Кл.рук. |
| 4 | Подготовка и выпуск информационного буклета на тему «Профилактика вредных привычек» | |  | 10 – 11кл. | | Кл.рук. |
| **План мероприятий на момент проведения Дня здоровья** | | | | | | |
| 1 | | Линейка здоровья. Агитбригада представление «Молодежь выбирает здоровье» |  | 1-11 кл. | Зам. дирек. по ВР  Учитель ФК | |
|  | | Спортивные соревнования «Веселые старты» |  | 1-4 кл. | Учитель ФК  Классные руководители | |
| 2 | | Круглый стол «На страже здоровья!»  -презентация стенгазеты «Здоровым быть здорово»;  -диалог о здоровье с медицинским работником (профилактика табакокурения) |  | 5-11 кл. | Учитель ФК  Кл. рук.  Мед. сестра | |
| 3 | | Перетягивание каната |  | 6-9 кл. | Учитель ФК | |

**Источники**

1. [http://fb.ru](http://fb.ru/article/313543/stsenariy-agitbrigada-za-zdorovyiy-obraz-jizni-opisanie-i-interesnyie-idei-stsenariy-vyistupleniya-agitbrigadyi-za-zdorovyiy-obraz-jizni)
2. [https://kopilkaurokov.ru](https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/stsienarii-vystuplieniia-aghitbrighady-zdorovoie-pokolieniie)
3. [http://textarchive.ru](http://textarchive.ru/c-1290252.html)
4. [https://infourok.ru](https://infourok.ru/scenariy-vistupleniya-agitbrigadi-molodezh-za-zdoroviy-obraz-zhizni-ko-dnyu-zdorovya-razg)