КОНСПЕКТ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ»

**Тема**: «Путешествие в страну здоровья»

**Форма** **проведения воспитательного мероприятия**: игра – путешествие  
 **Состав группы учащихся**: обучающиеся 2 класса

**Цель:**  сформировать у учащихся стремление к сохранению здоровья.

**Задачи:**

1. Коррекционно – образовательные:

* Сформировать у воспитанников здоровьесберегающие компетенции современного человека, культуры и ценности здоровья.
* Выработать индивидуальные потребности в соблюдении ЗОЖ, сохранении и укреплении здоровья.
* Познакомить с факторами, влияющими на здоровье.

2. Коррекционно – развивающие:

* развивать кругозор учащихся;
* сформировать у учащихся стремление к применению закаливающих процедур, соблюдению гигиены, правильному питанию.
* развить умение слушать друг друга и работать в коллективе, взаимоуважение.

1. Коррекционно – воспитательные:

* воспитать отрицательное отношение квредным привычкам,
* воспитать у детей чувство ответственности за своё здоровье;
* воспитывать бережное отношение к себе.

**Оборудование:**

- ноутбук,

- изображение автобуса (Приложение 1),

- девиз команды (Приложение 2) ,

- карточки – слова (пословицы) ( Приложение 3),

- карточки для загадок (Приложение 4),

- вывеска «Страна здоровья» (Приложение 5),

- фотография обливающегося мальчика (Приложение 6),

- определение понятия «Гигиена» (Приложение 7),

- карточки для стихотворения (Приложение 8),

- желтый шар с водой,

- красный шар с сухариками,

- предметы личной гигиены *(зубная щётка, мыло, пилочка для ногтей, мочалка, шампунь, зубная паста, расчёска, носовой платок, ножницы, влажные салфетки)*

Примечание: в разделе «Дифф. и инд. работа»: 1 - сильная группа учащихся, которые не нуждаются в помощи учителя; 2 - средняя группа, которая нуждается в небольшой помощи; 3 - слабая группа, необходим частый контроль и помощь.

**Ход мероприятия:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Содержание урока** | **Деятельность учащихся** | **Диф. и инд. работа** |
| 1.Организационный | - Здравствуйте ребята!  - Посмотрите в окно, что нам светит из него? Верно!  - Нас с вами солнышко греет, освещает всё вокруг.  Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глазки, представьте в своём сердце солнышко. Мысленно направляйте к нему свой лучик, который несёт любовь. Солнышко увеличивается. Направляйте лучик с добрым словом, солнышко станет ещё больше. Направляйте к нему лучики, которые несут, радость, тепло, свет, ласку здоровье. Откройте глазки.  - Ребята, последний лучик, который мы с вами направили на солнышко – это здоровье. Самое ценное у человека – это жизнь, а самое ценное в жизни – это здоровье.  - Как вы думаете, почему?  Да,ребята, вы всё правильно сказали. Мы сегодня с вами отправимся в путешествие в страну здоровья. | - Здравствуйте  - Солнышко  - Если человек здоров, он весёлый, активный, энергичный.  - Если человек здоров, то он не будет болеть, не будет пропускать школу, будет хорошо учиться, им будут гордиться родители | 1,2,3 |
| 2. Основная часть  Конкурс  «Народная мудрость»  Конкурс «Загадки»  Игра «Вредно или полезно»  **Остановка 1**  **Проспект «Здоровье человека»**  **Остановка 2.**  **Физкультминутка**  **Остановка 3.**  **Площадь гигиены**  **Игра «Угадай-ка»**  **Остановка 4.**  **Кафе «Приятного аппетита»**  **Опыт «мы не дружим с сухомяткой».**  **Остановка 5.**  **Бульвар «Не болей»** | - Ребята, Мы начинаем путешествие в Страну Здоровья  - Скажите, ребята, на чём можно путешествовать?  - Ребята, отгадайте загадку и узнаете, на чём будем путешествовать мы:  Что за чудо желтый дом?  Ребятишек много в нём.  Носит обувь из резины  И питается бензином?  *(Приложение 1)*  - Правильно, ребята, молодцы! Мы с вами отправимся в путешествие на автобусе.  - Мы - одна команда, у нас должен быть девиз. Сейчас мы с вами его разучим.  *(Приложение 2)*  Я здоровье сберегу,  Сам себе я помогу!  Ребята, в нашем путешествии мы будем учиться беречь свое здоровье. Но чтобы попасть поскорее в страну здоровья нам нужно будет участвовать в различных конкурсах. Вы готовы?  Тогда – поехали!  Играет музыка  Ребята, на нашем пути встретилась первая преграда – нам с вами нужно составить из рассыпанных слов – карточек пословицы. Для вашего удобства каждая пословица выделена одним цветом.  *(Приложение 3)*  «Здоровый человек – богатый человек»  «В здоровом теле – здоровый дух»  «Чистым жить – здоровым быть»  Какие вы ребята молодцы, как быстро справились с заданием. Мы с вами можем ехать дальше.  А дальше на нашем с вами пути встретился еще один конкурс.  Чтобы мы с вами могли продолжить путешествие нам нужно отгадать загадки.  *(Приложение 4)*  Два соседа – непоседы. День на работе, ночь на отдыхе  Всю жизнь ходят в обгонку, а догнать друг друга не могут  Между двух светил в середине я один  У пяти братьев одна работа  Какие же вы молодцы! Едем дальше  У нас на пути новый конкурс.  Ребята, правила этого конкурса – игры просты: Если вы считаете, что это полезно – хлопните в ладоши три раза.  Если вы считаете, что это вредно – топните ножками три раза.  Два раза в день чищу зубы и всегда полощу рот после еды  Загар – это очень красиво. Чтобы стать быстрее шоколадным, я с утра до вечера пролежал на пляже  Стараюсь всегда употреблять в пищу как можно больше фруктов  Когда нервничаю, я грызу ногти  Когда промочу ноги, то стараюсь быстрее попасть домой и поменять мокрую обувь  Витамины – это полезно.  Молодцы! Все справились с заданием!  Играет волшебная музыка  *(Приложение 5)*  Куда мы с вами попали, ребята?  Верно! Мы с вами прибыли в страну здоровья. И сейчас мы проедем по ней и узнаем многонового и интересного.  А вот и наша первая остановка.  (Приложение 6)  Ребята, посмотрите, что делает мальчик на картинке?  Верно! Ребята, он закаляется водой.  Если хочешь быть здоровым,  Прогони подальше лень.  Если начал закаляться,  Закаляйся каждый день.  Вышел сразу на мороз-  Весь до косточек промёрз.  Закаляйся постепенно.  Это для здоровья ценно.  Всех полезней солнце, воздух и вода,  От болезней помогают нам всегда.  Правила эти помните, дети.  Будьте здоровы и не болейте!    - Ребята, Как можно закаляться?  Верно!  А вот и наша следущая остановка.  Ребята, скажите, вы любите физкультуру?  Молодцы ! Физкультуру надо любить. Ведь движение – это жизнь!  Еще, ребята, нужно и давать себе время на отдых. Нужно уметь расслабляться. Тогда болезни обойдут вас стороной.  Повторяйте за мной движения.  Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.  Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.  Есть у нас игра такая, очень лёгкая, простая,  Замедляется движенье. Исчезает напряженье…  Напряженье улетело… И расслаблено всё тело…  Будто мы лежим на травке… На зелёной мягкой травке…  Греет солнышко сейчас…Руки тёплые у нас…  Дышится легко…ровно…глубоко…  Губы чуть приоткрываются. Всё чудесно расслабляется…  Нам понятно, что такое состояние покоя!  Молодцы, отдохнули!  Ребята, а теперь мы с вами прибыли на остановку «Площадь гигиены»  Ребята, вы знаете, что такое гигиена?  *(Приложение 7)*  Гигиена – это наука о сохранении здоровья  Ребята, сейчас я прочитаю вам стихотворение. Но не просто прочитаю, а буду делать остановки на словах. На каком слове я остановлюсь, то слово на карточке вам надо найти.  *(Приложение 8)*  По утрам и вечерам  Открываю в ванной КРАН.  Я воды не пожалею  УШИ вымою и ШЕЮ.  Пусть течёт водица –  Я хочу УМЫТЬСЯ.  Посильнее кран открыла  И взяла кусочек МЫЛА.  Пышно пена поднялась-  Смыла с рук и пыль и ГРЯЗЬ.  Чищу ЗУБЫ пастой мятной,  Ароматной и приятной.  ЩЁТКОЙ действую умело,  Зубы будут очень белы!  - Молодцы, ребята.  Поднимите руки, кто сегодня умывался и чистил зубы?  Ребята, а сейчас мы с вами поиграем. У меня в руках мешок, в нем лежат средства гигиены. Сейчас каждый из вас подойдет, достанет какой – нибудь предмет и расскажет нам зачем он нужен?  В мешке: *зубная щётка, мыло, пилочка для ногтей, мочалка, шампунь, зубная паста, расчёска, носовой платок, ножницы, влажные салфетки*  Ребята, вот наша четвертая остановка. Мы прибыли в кафе «Приятного аппетита». Сейчас мы с вами поговорим о вредной и полезной пище.  Ребята, давайте мы с вами проведем опыт. И докажем, что всухомятку кушать нельзя.  Посмотрите, у меня есть два шарика: один желтый, другой красный. Давайте представим, что шарик – это наш желудок.  В один шарик (желтый) мы нальем водички, а в другой (красный) положим сухариков.  Давайте сравним форму шариков. Красный шарик с неровными боками говорит о том, что желудку очень тяжело перерабатывать сухую твёрдую пищу.  Потрогайте его. Что вы чувствуете?  Верно! Потому, что сухую пищу надо всегда запивать!  А теперь посмотрим на шарик жёлтого цвета. Какие у него бока?  Желудок без напряжения справляется со своей работой.  А мы будем дружить с Сухомяткой? Почему?  Молодцы ребята!  А вот и наша последняя остановка. На ней мы с вами узнаем, что надо делать, чтобы никогда не болеть. Для этого отгадайте загадку.  Чтоб вы никогда и ничем не болели,  Чтоб щёки здоровым румянцем горели,  Чтоб вы на пятёрки учили уроки,  Чтоб дома и в школе вы бодрыми были,  Чтоб было здоровье в отличном порядке,  Вам нужно с утра заниматься \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Давайте, ребята все встанем и сделаем зарядку, чтобы никогда – никогда не болеть!  Дети, стройтесь по порядку на активную зарядку!  Левая, правая, бегая, плавая,  Мы растём смелыми, на солнце загорелыми.  На носочки поднимайтесь, руки к солнцу. Улыбайтесь!  Потянулись, наклонились и обратно возвратились.  Повернулись вправо дружно, влево - то же делать нужно.  Делай раз и делай два. Не кружись ты, голова!  А теперь наклон вперёд выполняет весь народ.  Поднимай колено выше - на прогулку цапля вышла.  А теперь ещё задание – начинаем приседания.  Приседать мы не устанем, сядем - встанем, сядем - встанем.  Проведём ещё игру: все присядем - скажем: «У!»  Быстро встанем - скажем: «А!» Вот и кончилась игра!  Молодцы! | *- На поезде, самолёте,машине, автобусе,велосипеде*  Автобус  Готовы!  Глаза  Ноги  Нос  Пальцы  Хлопают  Топают  Хлопают  Топают  Хлопают  Хлопают  Хлопают  В страну здоровья  Обливается водой  Чаще бывать на свежем воздухе, купаться, загорать, умывать не тёплой водой, а прохладной  *Любим*  *Прыгают*  *Машут руками внизу*  *Быстрые повороты*  *Медленные повороты*  *Кружатся*  *Медленно поднимают и опускают руки*  *Перебирают пальчиками*  *Глубокий вдох, выдох*  *Губками шлепают*  *Гладят себя по голове*  Шарик не ровный, в нем шуршат сухарики  Бока ровные, гладкие  Нет. Чтобы живот не болел.  *Зарядкой*  *Маршируют*  Маршируют и «плывут» руками  Маршируют  Встают на носочки и тянуться  Потягиваются, наклоняются, встают  2 поворота вправо, 2 влево  2 поворота вправо, 2 влево  Наклоны вперед  Идем поднимая колени  Присядаем  Говорят «У»  Говорят «А» | 1,2  1,2,3  1,2,3  1,2,3  1,2,3  **1,2**  1,2,3  **1,2,3**  1,2,3  1,2,3  1,2,3  **1,2,3**  1,2,3  1,2,3  1,2,3  1,2,3  1,2,3  1,2,3  1,2,3 |
| **3. Подведение итогов** | Ребята, наше путешествие полошло к концу.  - Скажите,Кто помнит девиз нашей команды?  - Что нужно делать каждое утро, чтобы быть здоровым?  - Можно ли есть всухомятку?  - Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Что для этого нужно делать?  -Молодцы! Теперь вы знаете, что полезно для здоровья и будете беречь его. Желаю всем крепкого здоровья!  До свидания! | Я здоровье сберегу, сам себе я помогу  Умываться, чистить зубы, делать зарядку  Нет  Закаляться, правильно питаться, соблюдать правила гигиены, уметь отдыхать, расслабляться, делать зарядку, заниматься спортом, не привыкать к вредным привычкам | 1,2  1,2  3  1 |