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 частьКонкурс«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 музыкаРебята, 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 отдыхеВсю жизнь ходят в обгонку, а догнать друг друга не могут Между двух светил в середине я одинУ пяти братьев одна работа Какие же вы молодцы! Едем дальшеУ 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 едыЗагар – это очень красиво. Чтобы стать быстрее шоколадным, я с утра до вечера пролежал на пляже Стараюсь всегда употреблять в пищу как можно больше фруктовКогда нервничаю, я грызу ногтиКогда промочу ноги, то стараюсь быстрее попасть домой и поменять мокрую обувьВитамины – 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 здоровьяРебята, 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 пожалеюУШИ вымою и ШЕЮ.Пусть течёт водица –Я хочу УМЫТЬСЯ.Посильнее кран открылаИ 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*АвтобусГотовы!ГлазаНогиНосПальцыХлопаютТопаютХлопаютТопаютХлопаютХлопаютХлопаютВ страну здоровьяОбливается водойЧаще 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 сухарикиБока ровные, гладкиеНет. Чтобы живот не болел.*Зарядкой**Маршируют*Маршируют и «плывут» рукамиМаршируютВстают на носочки и тянутьсяПотягиваются, наклоняются, встают2 поворота вправо, 2 влево2 поворота вправо, 2 влевоНаклоны впередИдем поднимая колениПрисядаемГоворят «У»Говорят «А» | 1,21,2,31,2,31,2,31,2,3**1,2**1,2,3**1,2,3**1,2,31,2,31,2,3**1,2,3**1,2,31,2,31,2,31,2,31,2,31,2,31,2,3 |
| **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 помогуУмываться, чистить зубы, делать зарядкуНетЗакаляться, правильно питаться, соблюдать правила гигиены, уметь отдыхать, расслабляться, делать зарядку, заниматься спортом, не привыкать к вредным привычкам | 1,21,231 |