ГОАОУ «ЦОРиО»

Сценарий открытого спортивного мероприятия

**«Без вредных привычек жить на свете здорово** **», посвященный месячнику охраны здоровья, профилактике алкоголизма, курения, наркомании.**

**Авторы: Кутафин А.Р.**

**Хадеева О.В.**

г. Липецк 2021

***Цель:*** пропаганда здорового образа жизни;

развитие физических возможностей детей;

***Задачи:*** формирование мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей, формирование активной жизненной позиции, развитие интереса у детей к занятию спортом и физкультурой.

***Форма проведения:*** игра по станциям.

***Станции:*** 1) «Прыгуны-кенгуру»; 2) «Силачи»; 3) «Ловкачи»; 4) «Танцевальная»; 5) «Умники и умницы».

**Ход мероприятия**

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Я вам говорю «Здравствуйте», а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Задумывались ли вы когда – нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Здоровье для человека – одна из главных ценностей.

И моя цель сегодня, пропагандировать здоровый образ жизни, пробудить в вас устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни, занятию спортом и физкультурой, чтобы вы после этого мероприятия сознательно отказались от вредных привычек, если они у вас есть.

Сегодня мы попробуем вместе ответить на вопрос о том, что же такое здоровый образ жизни. Благодаря правильным ответам на заданные вопросы, мы узнаем много полезной информации.

**Разминка «Вопрос ответ»**

1. Тому, кто начинает каждое утро с этого действия, надо в два раза меньше времени, чтобы собраться и настроиться на рабочий лад. Что это за действие? (Утренняя зарядка).

2. Наука о чистоте тела (Гигиена).

3. Тренировка организма холодом (Закаливание).

4. Что даёт человеку энергию? (Пища).

5. Это занятие представляет собой естественный массаж, повышает тонус мышц, улучшает работу сердца (Плавание).

6. Его не купишь ни за какие деньги (Здоровье).

7. Какие фрукты, овощи, и растения используют для лечения простуды? (Малина, лимон, чеснок, липа, ромашка, шалфей).

8. Почему нельзя меняться одеждой, обувью, брать чужие головные уборы? (Можно заразиться кожными, инфекционными заболеваниями, вшами, грибковыми заболеваниями).

9. Назовите витамин, который вырабатывается в организме человека только под воздействием солнечных лучей. (Витамин Д).

10. Для того, чтобы стать по – настоящему выдающимся специалистом в своей профессии, нужны любознательность, трудолюбие, целеустремлённость, настойчивость, вера в себя и … Что ещё? (Хорошее здоровье).

Каждая команда получает маршрутный лист, получает задание и двигается по станциям.

**Станции:**

1) «Прыгуны-кенгуру»;

2) «Силачи»;

3) «Ловкачи»;

4) «Танцевальная»;

5) «Умники и умницы».

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 «Без вредных привычек жить на свете здорово ». Так что будьте здоровы!