Научить ребёнка быть здоровым душой и телом, стремиться творить своё здоровье. Применяя знания и умения в согласии с законами природы и бытия – вот основная цель предлагаемого мероприятия.

**Цель:**

– Воспитание таких нравственных качеств, как аккуратность, чистоплотность, внимание и бережное отношение к своему здоровью.

 – Довести до сведения детей информацию о том вреде, который наносит своему здоровью пьющий, курящий и употребляющий наркотики человек.

 Ход мероприятия

Жил однажды человек,
Беспокойный человек,
Он объездил всю планету,
Всё искал по белу свету
Страну без ошибок.
Но, увы; надежды зыбки,
Всюду он встречал ошибки…

**(1 слайд Обжора и неряха)-страница**

1.Вступление: появление главных персонажей.

 Дети заранее разучивают роли персонажей литературных произведений.

 Выходит Мойдодыр (ведущий)

Мойдодыр: Все Чуковского читали

 И меня давно узнали,

 Я – великий умывальник,

 Знаменитый Мойдодыр,

 Умывальников начальник

 И мочалок командир

 Посмотрите на ребят:

 Не сутулятся сидят.

 Входит Обжора (помощник ведущего)

 Обжора: Я люблю покушать сытно,

 Много, вкусно, аппетитно

 Ем я все и без разбора,

 Потому что я…Обжора

**Обжорство людям, как увечье:
- Растёт живот, растут бока...
Посмотришь - сущность человечья,
А внешность, как у паука**

Чтение стихотворения

Мойдодыр. Послушайте стихотворение. А как оно называется, вы догадайтесь сами.

 Тротуар ему не нужен,

 Расстегнувши воротник,

 По канавам и по лужам

 Он шагает напрямик.

 Он портфель нести не хочет,

 По земле его волочет.

 Сполз ремень на правый бок,

 Из штанины вырван клок.

 Мне, признаться, не понятно –

 Что он делал? Где он был?

 Как на лбу возникли пятна

 Фиолетовых чернил?

 Почему на брюках глина?

 Почему фуражка блином,

 И расстегнут воротник?

 Кто он, этот ученик?

– Ну, конечно, это неряха! А какие правила необходимо соблюдать в жизни, чтобы люди о вас такого не подумали? (ответ детей)

 **2 слайд-страница-клички**

 Мойдодыр. Ребята часто придумывают для своих одноклассников, друзей во дворе какие-то клички, хотя у каждого из нас с самого рождения есть собственное имя. В ходу у этих «гениев» и переделка фамилии, имен, а самое скверное, когда на язык острослова попадают физические недостатки человека. Давайте рассмотрим эту ситуацию с разных позиций. Итак, вы тот самый «острослов».

– Что вы испытываете, когда обзываете товарищей?

– Для чего вы это делаете?

– А пытались ли вы себя разглядывать в зеркале? У вас все идеально?

Первое впечатление о таком человеке, если даже его не видеть, а лишь слышать, что природа обделила его главным – умом. Вторая позиция – вы тот, кому придумали кличку.

– Ваша реакция и ощущения?

– Послушайте, что произошло в одном классе…

Чтение стихотворения.

 В нашем классе с давних пор

 Есть такой обычай,

 Что порой наш разговор

 Просто фантастичен

 – Здравствуй, Бык!

 – Здорово, Дятел!

 – Добрый день, Медведь – приятель!

 Я чихну, мне говорят:

 – Будь здоров, Карасик!

 В общем, целый зоосад,

 В нашем пятом классе

 Наша жизнь чудес полна

 В этом ералаше

 Мы забыли имена

 Собственные наши.

 Вот зовут к доске Петрова,

 Мы ни с места, мы ни слова.

 Кто Петров и тут ли он?

 Думаем: и что же?

 Ни фамилий, ни имен

 Вспомнить мы не можем

 И выходит не готов

 Наш Петров к ответу

 Получил без лишних слов

 Двойку он за это.

 Всполошились Бык и Дятел,

 Загрустил Медведь-приятель

 А Карасик, то есть я,

 Сразу догадался:

 – Братцы , двойка то ж моя!

 Я Петровым звался!

 Вот такая ерунда

 Вышла ненароком

 Это сказка, шутка? Да.

 Шутка, но с намеком.

**3 слайд-страница- ложь, обман**

Почему мы говорим неправду

– Помогает ли обман?

– Что такое ложь? (намеренное искажение истины, неправда, обман)

– Как вы понимаете слова «намеренное искажение»?

Почему чаще всего люди обманывают? (шутят. Что-то скрывают)

Ничего на свете нет

Что надолго можно скрыть.

И поэтому не стоит

Всем неправду говорить.

**Запомните пословицы:**

**На обмане далеко не уедешь.**

**Ложь дружбу губит.**

**Ври , да знай меру.**

**Маленькая ложь за собою большую ведёт.**

**4 слайд-страница опрятность и аккуратность**

Пятерня! Пятерня!

Выручаешь ты меня:

Если надо мне сморкаться

Я сморкаюсь пятернёй.

С ней не надо расставаться-

Пятерня всегда со мной!

– Но не лучше ли, дружочек,

Если все-таки в платочек? ( С. Михалков)

**- знаете ли вы, что грызть ногти, ковырять в носу , сморкаться в руки некрасиво и вредно для здоровья? Именно руками через нос и рот в организм заносится инфекция.**

**Это полезно помнить.**

**1. Для ухода за носом существует носовой платок, его надо всегда носить с собой.**

**2. Ногти необходимо один раз в неделю постригать ножницами.**

**3. Остатки пищи между зубами удаляют зубочисткой.**

– Почему возникают вредные привычки? Г. Остер считает, что:

Нет приятнее занятия,

Чем в носу поковырять.

Всем ужасно интересно,

Что там спрятано внутри.

А кому смотреть противно,

Тот пускай и не глядит.

Мы же в нос к нему не лезем,

Пусть и он не пристаёт.

– Приятно ли наблюдать за соседом по классу, ковыряющимся в носу. Замечали ли вы за собой такую привычку?

Пальцем ковырять в носу –

Это очень дурно

Можно выпачкать костюм,

Да и некультурно.

**5 слайд-страница - вред курения**

По-разному беда приходит к нам –
Болезнью, непризнанием, потерей…
Наперекор судьбе, назло врагам
Жить остаёмся, в будущее веря.
И если в час твоей большой беды
Подавишь боль, сумев в строю остаться,
То это будет значить, что и ты
Имеешь право Человеком называться.

Как-то сын к отцу пришел

И спросил с подвохом:

*Малыш:* - А курить, пап, хорошо

- Или очень плохо?

*Отец:* -Что сказать тебе, сынок?

*Автор:* Дальше нет ответа,

Потому что голос папы

Съела сигарета.

Мойдодыр: Я подумал: будто дым?

 Братцы, вроде мы горим?(на доске плакат: **«Курить – здоровью вредить!»)**

***Сигарета в нашей жизни
Отнимает пять минут.
Выкурил ты их полтыщи -
Проживешь поменьше, друг!***

***В чем же смысл?
А не курить!
Надо жизнью дорожить!
И здоровье - это важно -
Может каждый сохранить!***

**1 «бычок»**

Вы курите, вы курите, мальчики,
В день желательно не меньше пачки.
Станете вы быстро серокожими
И на стариков седых похожими.

**2 «бычок**»

Вы курите, вы курите, мальчики,
Пожелтеют, пожелтеют ваши пальчики,
Исхудают, побледнеют мордочки,
Станут плечи ваши словно жердочки.

**3 «бычок»**

Вы курите, вы курите, мальчики,
Ну, а руки спрячьте вы в карманчики!
Ведь по нраву вам,
Ведь по нраву нам,
Ведь по нраву им (зрителям)
Табачный дым.

**Сердце**: 6 слайд

Работаю как вол,
Стучу не прекращая,
Чтоб Хозяин ел,
Гулял, кино смотрел.
Работал и ходил.
Короче ,чтоб в жил.
А он вместо заботы:
Пробежек по субботам,
Прогулок и зарядки.
Дымит лишь без оглядки,

**Легкие:** 7 слайд

Скажу вам по секрету,
Рак Легких мимо пробегал.
Но в этот раз нас, к счастью,
Не заметил.
Его коварных лап сумели избежать.
А год пройдет иль пять?
Совсем Хозяин ослабеет
От сигарет от табака.
А вместе с ним и мы.
Эх! 3нал бы Он, как страшно
Умирать в руках болезни
Этой жуткой,
Курить бы сразу бросил.

**Желудок:** 8 слайд

Помогите, нету сил.
А ведь Мозг его просил,
Чтоб голодный не курил.
Помню это как сейчас,
Закурил мой Леша.
Так котлета заявила:
»Мне тут неприятно».
А компот как разозлился,
В едкий уксус превратился,
И давай наружу рваться.
Как же тут не испугаться.
Словом он меня не любит.
Никотином тихо губит.

Вот и Леша докурился.
Ко мне Язва прицепилась.
И грызет меня, грызет,
Жить спокойно не дает.

**Мозг:** 9 слайд

Мозг! Лешин несчастный,
Обкуренный Мозг.
Ведь он понимает, что никотином травится.
Но ничего не может поделать.
И только, бедняга, мается.
Учиться стал еле-еле,
И со здоровьем плохо.

Бросайте, бросайте, бросайте, бросайте курить.
Хватит надоело в чаду табачном жить.
Всем предлагаю не курить,
Перекуры перекуры отменить.
Будем лучше спортом заниматься,
Бегать, прыгать, кувыркаться
И здоровьем, и здоровьем наполняться.

Учитель: Взрослые курильщики не щадят своего здоровья, но и не задумываются об окружающих. Ведь они вдыхают сигаретный дым. Это вредно. Часто взрослые на вопрос «Зачем вы курите?», отвечают «Привычка». Но это вредная привычка. Человек вдыхает и выдыхает дым, думая, что успокаивает нервы. Но после первой затяжки у человека учащается пульс. Нервная система от курения разрушается.

Некоторые курят, чтобы понравиться окружающим, то есть хотят не знанием отличиться, не умением трудиться, а показать себя взрослыми. Разве в курении есть хоть капля мужественности? Например, Ю.Гагарин – первый космонавт, А.Суворов – блестящий полководец – они стали известны благодаря таким чертам характера, как мужественность, целеустремленность. А назовите хоть одного человека, который вошел бы в историю, потому что курил. Начать курить просто, а распрощаться с этой привычкой куда труднее.

 А пока откроем форточку и продолжим борьбу с вредными привычками.

Частушки

 Говорят, что сигарета

Смертоносней пистолета,

Убивает без огня

Закурившего коня.

 Бросьте «Яву», бросьте «Приму»,

 Будет в мире больше дыму.

 Застилает белый свет

 Дым от ваших сигарет.

С сигаретою моею

Я худею и слабею,

И желтею, как трамвай,

Хоть в химчистку отдавай.

 Всем, кто любит сигарету,

 Тех, кто курит по секрету,

 Всех таких учеников

 На скамейку штрафников.

Не играйте с Дремой в прятки

Быстро сбросьте одеяло.

Каждый день свой непременно

Начинайте с физзарядки!

**Ведущий:**

Курить иль не курить? У вас готов ответ?
Леха, Светка, Вася, Сергей.
Мы выбросили вон все пачки сигарет
А вы? (обращается в зал) Что ж, вы решайте сами.
Представьте: я – весы, а это – чаши (развернутые ладони рук)
Что ж, был вопрос. Ну, а каков ответ?
Пусть на минуту тихо станет в зале.
Подумайте, чего хотите вы?
Прислушайтесь, что сердце скажет.
И разум ваш какой вам даст совет?
Силен ты или слаб?
Свободен или раб?

Учитель: Какой вывод можно сделать?

Чтение пословиц на слайде 10 слайд

**Здоров будешь - все добудешь.**

**Крепок телом – богат и делом.**

**Здоровье дороже богатства.**

**11 слайд –страница-вред алкоголя**

**- Пить – здоровью вредить;**

**- от алкоголя происходят значительные нарушения мозга;**

**- нарушается сон, теряется голос;**

**- иногда мерещится какой-то звук или конкретный образ, как в поэме С.Есенина «Черный человек»: Голова моя машет ушами, как крыльями птица»**

Алкоголь – это тоже вредная привычка. Человек не знал алкоголя долгие сотни тысяч лет. Приобщение к пьянству – сравнительно молодая ошибка человечества. Наши дальние предки пили не для того, чтобы напиваться, а в строго определенных ситуациях, связанных с обрядами и обычаями. В России водка появилась в 16 веке, когда алхимиками был выведен способ перегонки алкоголе содержащих жидкостей. Было высказано предположение о целебных свойствах водки, и растворы ее продавались сначала в аптеках под названием « огненная вода». В настоящее время эта «огненная вода» превратилась в настоящее зло.

К деду внук теперь пришел

И спросила кроха:

*Малыш:* - А вино пить хорошо

- Или очень плохо?

*Дед:* - Пью вино я с детских лет

*Автор:* Дед сказал бессвязно…

Как живется алкашу

Всем, конечно, ясно.

*Автор:* Если пьешь чернее ночи,

Красный нос на рожице,

Ясно – это очень плохо

Долго жить не сможется 

**.**  **12 слайд-страница *Наркомания – прямая дорога в ад*** 

***Не ломай себе жизнь!***

XX век – век технического прогресса – подаривший человечеству надежды на благополучное будущее и несомненное процветание с помощью новейших технологий и разработок, также открыл людям множество способов самоуничтожения. Ядерное, химическое, биологическое оружие, выбросы промышленных отходов в окружающую среду – все это еще подается разумному контролю. Гораздо коварнее другая химия – наркомания. Наркотики парализуют разум человека, уводят его к низменной страсти, сковывают силу воли. Нет никого, кто бы не был невосприимчив к наркотикам. Несмотря на все усилия мирового сообщества, до сих пор не найдено эффективных методов борьбы со злом наркомании, и число наркоманов возрастает лавинообразно.

Дальше к брату он идет,

Посмотрел со вздохом.

*Малыш:* - Ты наркотики мне дашь?

- Или это плохо?

*Автор:* Но ответить брат не смог,

Чем же тут гордиться.

Санитары наркомана

Увезли в больницу.

**(СКЕЛЕТ)**

*Автор:* Сделал вот такой укол

И костьми загрохал.

Каждый знает – это вот (показывает шприц)

Для здоровья плохо.

Малыш: Жаль, что друга рядом нет,

Умер он от СПИДа.

Умер он во цвете лет,

Был здоровый свиду.

К другу в гости он идет,

Вот и холмик с мохом.

Тут не спрашивает он

Что такое плохо?

(действующие лица выходят на сцену)

*Малыш:* Если куришь ты и пьешь,

С наркотиком в дороге,

Долго ты не проживешь

*Вместе:* И протянешь ноги!

**(Песня на мотив «Не думай о секундах свысока»)**

Не думайте, здоровье не пустяк,

Ты сам поймешь, но только будет поздно:

Когда на месте легких обнаружат черноту,

Его уже, быть может, не вернешь ты.

На алкоголь ты смотришь свысока.

Но только прикоснись к нему и выпей –

Болезнями ты будешь обеспечен навсегда,

В больнице ты, навеки ты в больнице.

И вот один лишь выход есть у нас –

Занятие здоровьем, то есть спортом!

Тогда ты будешь сильным,

Как Шварценеггер – да, да, да!

И долго проживешь тогда уж точно!

**13 слайд- страница**

**Жизнь прекрасна! Не потрать ее напрасно!**

Итог (чтение стихов)

Гигиену очень строго

Надо соблюдать всегда

Под ногтями грязи много

Хоть она и не видна.

Не грызите ногти, дети,

Не тяните пальцы в рот.

Это правило, поверьте,

Лишь на пользу вам пойдёт.

Грубить не будут дети,

Не будут грызть ногтей,

И станут все на свете

Любить таких детей.

Подует свежий ветер

Фиалки расцветут,

Исчезнут все невежи,

Навеки пропадут.

Кто жить умеет по часам

И ценит каждый час,

Того не надо по утрам

Будить по десять раз.

И он не станет говорить

Что лень ему вставать,

Зарядку делать, руки мыть

И застилать кровать.

Успеет он одеться в срок,

Умыться и поесть.

И раньше, чем звенит звонок,

За парту в школе сесть.

***Муниципальное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №8 ст.Котляревской Майского района КБР»***





 Учитель Косиченко Людмила Анатольевна

 КБР, Майский район, 2010год

 ст.Котляревская

