**Праздник «Здорово жить – здорово!»**

**Клуб по месту жительства «Льдинка»**

**Тема сценария:**

Здоровый образ жизни.

**Название:**

«ЗдорОво жить – здОрово!».

**Ведущие:**

2 девочки возраст 14-18 лет (форма одежды: белый верх, черный низ).

**Сценарист:** Ахматова И.В.

**Музыкальное сопровождение:**

2 педагога (форма одежды: белый верх, черный низ).

**Встреча родителей и гостей:**

1 педагог + два воспитанника - форма одежды кимоно.

**Приглашенные:**

1. Ученики 2 «А» класса, МАО СОШ №140
2. Родители и гости

**Цель:**

Формирование потребности в здоровом образе жизни, воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

**Задачи:**

1. Развивать умение, поддерживать и сохранять собственное здоровье.

2. Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью.

3. Закрепить знания детей о здоровом образе жизни.

**Сценарий мероприятия**

**Ведущая** – Здравствуйте, ребята и уважаемые гости!

– А задумывались ли вы, какой смысл имеет это слово? «Здравствуйте»

– Такими словами приветствуют друг друга, желая здоровья. А у вас, ребята, хорошее сегодня настроение? Говорят, что «Хорошее настроение – половина здоровья!».

Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят:

«Здорово – жить здорово!!!» Здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет по – настоящему работать, учиться и отдыхать.

В зале появляется девочка, которая играет в планшете.

**Ведущая**

Здравствуй девочка, а куда ты идешь?

**Девочка**

Здравствуй, я просто гуляю. А куда я попала?

**Ведущая**

Меня зовут фея здоровья. Ты попала на праздник

«Здорово жить – здорово!» А тебя как зовут?

**Девочка** Меня зовут Маша. А что значит быть здоровым?

**Ведущая**

Разве ты не знаешь?

**Девочка** Нет. Я все время играю в компьютере.

**Ведущая** Ребята, подскажите кто знает, что значит быть здоровым? (гости из зала высказывают свое мнение)

Конечно, все вы правы. Здоровый образ жизни - это соблюдение всех правил, норм для поддержания хорошего здоровья.

На сцену выходят ребята 7 человек и каждый читает стих.

**Я люблю семь правил ЗОЖ**

**Ведь без них не проживешь!**

1. Много на ночь есть не буду,

Я фигуру берегу,

Не курю я и не пью,

Я здоровым быть хочу.

1. Для здоровья и порядка,

Начинайте день с зарядки,

Вы не ешьте мясо в тесте,

Будет талия на месте.

1. Я купаюсь, обливаюсь,

Ясно всем, что закаляюсь,

Я отбросил много бед,

Укрепил иммунитет.

1. Я активно отдыхаю,

И здоровье укрепляю,

Ни на что не сетую,

Что и вам советую.

1. Спорт и фрукты я люблю,

Тем здоровье берегу,

Все режимы соблюдаю,

И болезней я не знаю.

1. Ешьте яблоки и груши,

Ваша кожа будет лучше,

Съешь те вы еще лимон,

Усвоить кальций поможет он.

1. Отдыхать - не значит спать,

Езжай на дачу покопать,

Когда вернешься ты домой,

Прими ты душ и песню спой.

От того я так хорош, что люблю семь правил ЗОЖ!

**Ведущая** Спасибо моим помощникам.

**Девочка** А давайте проверим - знают ли наши гости пословицы?

1. Утро встречай зарядкой, вечер провожай (прогулкой)
2. Береги платье снова, здоровье (смолоду)
3. Двигайся больше, проживешь (дольше)
4. Живешь каково и здоровье (таково)
5. Затхлый воздух и грязная вода, для здоровья (беда)
6. И старым и молодым вреден табачный (дым)
7. После обеда полежи, после ужина (походи)
8. От наркоты не жди (доброты)
9. Хочешь кашлянуть, рот прикрыть (не забудь)
10. Недосыпаешь – здоровье (теряешь)
11. Доброе слово лечит, а злое (калечит)
12. Смолоду закалишься – на век (сгодишься)
13. Держи смолоду голову в холоде, живот в голоде, а ноги в (тепле)
14. Кто спортом занимается, тот силы (набирается)
15. В здоровом теле – здоровый (дух)

**Девочка**

Молодцы ребята хорошо знаете пословицы

**Ведущий**

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.

**Ведущий**

А теперь посмотрите какие наши ребята сильные и смелые

Выходят мальчики каратисты «Ката - карате»*.* Показательное выступление под музыкальное сопровождение.

В зал выходят лень, вредные привычки (2 человека).

Здравствуйте, ребята, а мы к вам пришли не с пустыми руками, а с гостинцами. Угощайтесь!!! (Достают из корзины грязные овощи и фрукты).

**Ведущий**

Ваши продукты грязные, их надо помыть.

Л**ень**

Ну и что, ни к чему перед едой

Мыть фрукты овощи водой

Их нужно съесть, воды попить

Потом в животике помыть.

**Девочка**

Ребята правильно они говорят????

Дети - нет

**Ведущий**

Чтоб от микробов защититься

Водой и мылом нужно мыться

И каждый день перед едой

Мыть фрукты овощи водой

Мы сильны, крепки, красивы

Всем на зависть и на диво

Хором скажем вам сейчас

Нет вам место среди нас!!!

**Вредная привычка** Не выгоняйте меня смотрите как я умею танцевать. Танцует.

**Ведущий**

Лучше посмотрите, как танцуют наши девочки из секции танцевальной гимнастики.

Показательное выступление «танцуют ВСЕ»!!!

**Девочка** Фея, мне кажется наши гости тоже хотят подвигаться.

**Ведущая** Хорошая идея. Ребята выходите вставайте в круг.

Танцевальный Флеш - моб.

**Девочка** Какие все молодцы. Фея, мне так у вас понравилось. Все такие веселые, интересные, умеют рисовать, танцевать…. Я то же так хочу.

**Ведущая** Если хочешь быть здоровым соблюдай правила гигиены и приходи к нам заниматься.

***От меня вам мой наказ!***

Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,

Чтоб прогнать усталость, лень, ешьте витамины каждый день!

Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!

Крепло, чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

Купить можно много: игрушку, компьютер,

Смешного бульдога, стремительный скутер,

Коралловый остров (хоть это и сложно)

Но только ЗДОРОВЬЕ КУПИТЬ НЕ ВОЗМОЖНО

Оно нам по жизни всегда пригодится

Заботливо надо к нему относиться.

Фея благодарит всех участников праздника и дарит каждому ребенку сувенир.

Уважаемые гости наш праздник подошел к концу. Спасибо за внимание. Будьте здоровы!!!