

Виховна година на тему : «Здорові діти – здорова нація»

Лунає музика, на сцену виходять ведучі.

1 вед. Доброго дня!

2 вед. Усім привіт!

1 вед. Всім бажаємо здоров'я

2 вед. І щастя повну хату.

1 вед. Сьогодні свято всіх зустріне,

Сьогодні гості у нас тут.

Хай в цьому залі радість лине,

Бо ж незабутні враження вас ждуть!

2 вед. Свято ми розпочинаєм ,

Лунає музика і сміх усюди.

Здоров'я ми Вам бажаєм ,

Хай на планеті мир і радість буде.

1 вед. Тож міцного здоров'я нам усім,

Ми – шкільна родина, -

Даємо слово гідно берегти,

Бо ми – майбутнє України!

2 вед. Чи хочете ви бути гарними, жити в гармонії, щоб отримувати насолоду

від кожного дня, щоб бачити світ лише у світлих фарбах, щоб у ваших

сім'ях завжди панували радість, веселий настрій, щоб хотілося співати?

Одним словом, чи хочете ви бути щасливими?

1 вед. Звичайно, хочете. І відомо, що здоров'я – це те, без чого жодна людина

не може бути щасливою. А чи завжди ми бережемо своє здоров'я, звертаємо на нього

увагу? Звичайно, ні. Ми буваємо такі заклопотані, що забуваємо про своє головне

багатство: з великою насолодою можемо з'їсти більше, ніж потрібно, або, навпаки, забуваємо про їжу, не можемо позбутися шкідливих звичок.

2 вед. Тож сьогодні ви маєте нагоду прискіпливіше придивитися до власного здоров'я, оцінити й осмислити все те, що корисно для вашого організму.

1 вед. Стало звичним, що людина, яка ніколи не хворіє, безтурботно ставиться до свого здоров'я. Тіло безвідмовно служить як цілісний механізм, і людина не уявляє, що може бути інакше. Здорові люди сприймають свій стан не задумуючись, так, ніби нічого не

може трапитися і жодна хвороба їх не здолає. А ті, що перенесли якийсь серйозне захворювання, зазвичай поведуться інакше, вони знають, що про здоров'я потрібно піклуватися.

2 вед. Усі ми живемо у ритмі нашого часу. А сьогоднішній час – час відбудови молодії України. Час боротьби за тверезий і здоровий спосіб життя та побут.

1 вед. Для боротьби ми не збирали
Ані рушниць, ані гармат.

Здоров'я повний міх набрали
І вам всім вистачить його.

2 вед. То що ж таке здоров'я?

1 вед. Зрозуміти це нам сьогодні допоможуть учасники шкільного Клубу “За здоровий спосіб життя”

1 Добрий день, шановні гості !

2 Щиро ми вітаєм Вас !

3. Від душі Вам всім бажаєм

4 Бути здоровими весь час.

5 Що ми хочем Вам сказати?

6 Зовсім не мораль читати.

7 Ми розкажем Вам сьогодні

1. Як живемо , що ми робим,

2. Як проводимо свій час

3. Буде прикладом для Вас.

4. Чим в житті собі зайняти,

5 Щоб здоровим залишатись.

1. Найбільший скарб, яким володіє людина, це її здоров'я , яке потрібно берегти!

2. Адже його міцність не триває вічно

3. З часом ми починаємо хворіти, відчуваємось слабшими

4. Щоб відтягнути цей момент якомога далі, слід провадити здоровий спосіб життя

5. ЗСЖ- це що і як робить людина впродовж усього життя для збереження, зміцнення, відновлення та примноження здоров'я

6. ЗСж веде людину до успіху.

7. Людина, яка дотримується ЗСЖ спроможна реалізувати свої здібності і задатки, досягти обраної мети.

1. Людина , яка цінує здоров'я не ризикує ним
2. Щоб бути здоровим, слід дотримуватись ЗСЖ

Звучить мелодія пісні “ Show must go on”(флешмоб)

1. Ведучий. Здоров'я не купити ні за які гроші так каже народна мудрість Так воно і є. Бо що варте життя без самого цінного - здоров'я. Нас оточує така краса, такий простір, стільки радості і щастя! Як же важливо все це зберегти таким, як воно є. Не знищити, не зруйнувати, а залишити землю такою чудовою для інших людей.

2. Ведучий А ще дуже важливо зберегти своє життя і здоров'я, щоб насолоджуватися красою навколишнього світу. А все у великій мірі залежить від нас самих, як ми будемо поводити себе, як виконуватимемо правила особистої гігієни, як ми будемо любити і берегти навколишній світ, такий крихкий і неповторний, дзвінкий і радісний.

Український танець

2. вед. У селі Семигори жили батько й мати.

Сини з невістками, багато малюків.

Кожен день сварились, лаялися, билися

Так життя складалось в хаті Кайдашів.

Виходить Мотря

Мотря. Наказала мати прибирати хату.

Все помию підмету

Щоб було чистенько,

Ще й буду співати!

Засвічу я свічку.

Затоплю я пічку.

Приберуся, і дуже гарна

Буду молодичка!

(підмітає віником підлогу. На сцену виходить Кайдашиха дивиться, як Мотря підмітає)

Кайдашиха. Ой , яку погану я невістку маю

Ще й бруднулю!

Мотря! Хто так замітає?

Не в ту сторону метеш.,

Віника не так береш!

Мотря. Як мести яка різниця?

Було б чисто у світліні!

Знов свекруха докоряє.

А чого? Сама не знаю?

2 вед. Так би все і закінчилось.

Було б у хаті тихо.

Якби не прийшла у гості

Палажка Солов'їха

Палажка Солов'їха входить

Палажка. Добрий день, Марусенько,

Добрий день сусідонько!

Я прийшла до тебе в гості,

Мила моя лебідонько!

(Кайдашиха і Палажка цілуються).

Палажка. Люди кажуть: ти недавно

Сина, оженила!

А яка ж в тебе невістка?

Чи добра? Чи мила?

Кайдашиха. Це, не Мотря- кара Божа!

Нічого робить не може!

Ні зварити, ні - спекти

Ні - у хаті підмести!

Ще й брудна від світу!

Що казати вже ледащо...

Мотря. То шукайте собі кращу!

Я вам, мамо, не кобила.

Щоб весь день на вас робила!

Не спіть до вечора, вставайте,

І самі про себе дбайте!

І варіть собі, й печіть,

Ще й періть, щоб були чисті

А мене розуму не вчіть!!!

Кайдашиха. Замовчи! Бо я сердита!!!

Зараз будеш в мене бита!

Мотря. Не замовчу! Не замовчу!

І вас поб'ю, якщо схочу!
(перелякана Палажка тікає за куліси)

2.Вед. То не чорна хмара

Із-за лісу піднялася.

То в Кайдашевій хаті

Колотнеча почалася!

Кайдашиха. - Не дай Бог таку невістку,

Як моя Мотруня!

Мотря. Не дай Бог гаку свекруху,

Як моя свекруня!

Мотря. Ой, живу я в чужій хаті.

Спокою не знаю!

Цілий день мене свекруха

До півночі лає!

Кайдашиха. Ой, невістка дочка вража.

Зведе мене і світу!

Ой, скажіть же, добрі люди.

Що мені робити?

(Мотря і Кайдашиха. Під музику починають битися).

2.Вед. Перестаньте! Не сваріться!

Краще зараз помиріться!

І у домі приберіться

Щоб були ви чистенькі і чепурненькі.

Бажаю я всім вам

Завжди у мирі й дружбі жити

Не беріть приклад з Кайдашів

Себе й близьких не вводьте в гнів.

1 вед. Здоров'я – це ранок

Зі свіжим повітрям

Це сонце, що гріє

Ласкаво й привітно.

2 вед. Здоров'я - це смак

Свіжих ягід дозрілих,

Це спорт, що дає нам

Наснагу і силу.

1 вед. Це сон, що на крилах

Нам зорі несуть.

Бери це сміливо

Мій друже, у путь!

2. вед. Та тільки на цьому шляху пам'ятай

Цурайся цигарки, від чарки тікай!

І знай, любий друже, -

У цьому житті, чи бути здоровим

Вирішуєш ти!

Виходить Хвороба

Х. Що це ви все про здоров я та про здоров я.? Якби не було хвороби, то хто б узагалі згадував про здоров я?

2 вед. А хто тебе сюди запрошував?

Х. Мене не потрібно запрошувати. Я сама разом зі своїм помічником без запрошення приходжу.

М. (тулячись до дітей)

Я – мікробчик,

Я – хворобчик,

Х.Ой, які Ви чемні! Все ви знаєте, про здоровя своє дбаєте! Зараз ми перевіримо чи Ви такі розумниці. Зараз я вас попитаю!

Х. А що таке здоровя ?

1. Здоровя- це все

І щастя, і багатство

Здоровя – це символу життя

2. Здоровя – це узгодженість усіх його складових

3. фізичної

Це коли добре працюють усі органи, людина нормально розвивається, не хворіє

4.Психічної

Коли людина позитивно оцінює себе та інших, вміє долати невдачі, поводитья як господар свого життя

5. Духовної

Людина відчуває красу навк. Серед., чинить справедливо, живе з почуттям любові, співчуття та відповідальності, прагне стати іншою

6. Соціальної

Це доброзичливі стосунки людей, гарні побутові умови, що сприяють зміцненню здоров'я

Х. А чи знаєте ви від чого ж залежить ваше здоров'я?

1. Доведено, що стан здоров'я на 50 % залежить від умов та способу життя,

2. на 20 % - від впливу навколишнього середовища,

3. ще на 20 % - від спадковості

4. і лише на 10 % - від рівня розвитку медицини.

Х. А як же зберегти здоров'я?

5. Найбільше впливає на здоров'я спосіб життя людини

6. Дотримання правил здорового способу життя допоможе тобі вирости

7. Здоровим та міцним

1. Не хворіти

2. Успішно навчатись

3. Добре працювати.

4. Жити довго і щасливо

Х. Немає мені що тут робити. Іду я в іншу школу шукати дітей.

1 вед. Недарма кажуть: «Весела думка – половина здоров'я». Тобто треба оптимістично дивитись на життя, бути добрим і привітним, життєрадісним і доброзичливим.

2 вед. Попробуйте бути такими ж рухливими і енергійними

1 Ми – за позитивні зміни!

2 Шановні дорослі! Памятайте, що Ваша поведінка для дітей є зразком наслідування

3 Алкоголь, тютюн, наркотики і здоров'я в будь-якому віці не сумісні.

4 Покинь пити, курити і вчи цього інших

5 Чого?

6 Здорового способу життя!

7 Щоб і тіло і душа були молоді, не бійся ні спеки, ні холоду, а гартуйся як сталь!

Танець .

1 вед. Сім гріхів не наживай,

А любов у серці май.

Весело дивися в світ

І живи багато літ.

2 вед. В очі кожному дивись,

А вітаючись, всміхнись.

Щиро з другом привітайся,

І не злись, не зазнавайся.

3 вед. І над іншими не смійся,

Бути ввічливим не бійся.

Слів брутальних не вживай.

Всім здоров я побажай!

4 вед. Кажуть правду люди зрілі:

Що в душі – те і на тілі.

Тож за розум свій берись,

Бути добрим завжди вчись.

5 вед. Хочу ще раз я сказати,

Що здоров я краще мати,

Аніж хворому ходити

Й світ чарівний не любити.

6 вед. Бо любов, здоров я, сила

Нам дають чарівні крила.

Ще дають саме життя

І несуть у майбуття.

7 вед. Нам долать нові вершини,

Ми - майбутнє України!

Щоб творити і дерзати,

То здоров я треба мати.

1 вед. То чому ж не порадіти,

Ми ростемо, наче квіти,

В колі дружної родини.

Усі разом: Ми – майбутнє України!

Пісня А я бажаю Вам добра

- 1.Хай буде все побачене - побачено.
- 2.Хай буде все пробачене - пробачено
- 3.Хай буде вік прожито, як належить
- 4.Будьте здоровими!
- 5.Будьте щасливими!
- 6.Будьте красивим
- 7.І завжди добрими!





