

**Формирование ценностного отношения
к здоровому образу жизни**

И.Н. Лобанова

Здоровье детей должно быть в центре внимания общества. Вопросы здравоохранения лежат в основе благополучного разрешения демографических, экономических, политических и других проблем, встающих сегодня перед гражданами России. Однако как нельзя сделать человека счастливым принудительным путем, так и нельзя его сделать здоровым принудительно. Для того чтобы сформировать ценностное отношение к здоровому образу жизни у выпускника школы, начинать надо с «младых ногтей», т.е. с момента поступления ребенка в школу. С другой стороны, именно в младшем школьном возрасте ребенок открыт влиянию взрослых, особенно учителя, и упускать этот момент нельзя. Учитывая всё это, я стараюсь формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни моих воспитанников через систему внеклассных мероприятий. Они очень нравятся и запоминаются как детям, так и их родителям.

**«В гостях у Мойдодыра»
(Сбор-игра для первоклассников)**

Цель сбора-игры: формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

I. Вступительная часть.

II. Основная часть.

Мойдодыр:

Все Чуковского читали
И меня давно узнали.
Я – Великий Умывальник,
Знаменитый Мойдодыр,
Умывальников начальник
И мочалок командир.
Со мной мои хорошие
Надежные помощники:
Старый друг проверенный –

Полезная Бактерия.

Она и просто и легко

Превращает молоко

В простоквашу и кефир.

(Полезная Бактерия дает Мойдодыру стакан кефира. Он выпивает.)

Полезная Бактерия:

Поправляйся, Мойдодыр!

Мойдодыр:

Познакомьтесь – витамины:

А – вот этот, С и В.

Ведущий: Нынче к доброй медицине

Мы покажем путь тебе.

А: Чтобы были вы красивы.

В: Чтобы были не плаксивы.

С: Чтоб в руках любое дело

Дружно спорилось, горело!

Полезная Бактерия:

Чтобы громче пелись песни,

Жить чтоб было интересней!

Ведущий:

Нужно сильным стать,

здоровым.

Мойдодыр: Эти истины не новы.

Только вы ответьте мне:

Путь к загадочной стране,

Где живет здоровье ваше,

Все ли знают? Дружно скажем...

Дети (хором): Да!

Полезная Бактерия:

Но дорога не проста!

Может недруг появиться –

Вам придется с ним сразиться.

Потому перед дорогой

Разомнитесь-ка немного!

Физкультминутка.

Мойдодыр: В вашем классе я живу

Уж который год.

Откровенно всем скажу:

Славный вы народ!

Знаю: никогда ребята

Не едят невымытых ягод,

Чистят зубы, моют уши...

Грязнуля: Лучше ты меня послушай.

Я живу и бед не знаю –

Мыло в глаз не попадает,

Щетка десны не дерет,

Губка мокрая не трет.

Огурцы, морковь не мою...

Хочешь, друг, пойдем со мною.

А: Не ходи ты с ней, не пробуй!

Загрызут тебя микробы,

Разорвут тебя на части!

Не видать грязнулям счастья!
Мы поможем ей, друзья?
Ведь в беде бросать нельзя.
Нам тебя, Грязнуля, жалко.
Дарим мыло и мочалку.

Конкурс «Умывание». Как правильно нужно умываться? Вызываются три человека. Они показывают, как умываются утром.

Грязнуля умывается, глядит в зеркало.

– А у нас все умываются утром? Моете ли вы ушки? А за ушками? А вечером тоже умываетесь? Про мыло не забываете?

Грязнуля: Я себя давно забыла,
А теперь лицо умыла,
Да и стала вспоминать...
Платье, что ли, постирать?

Конкурс «Стирка». Вызываются два человека. Они показывают, как постирать салфетку, которой вытирают руки после мытья.

В: Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейны, корт,
Зал, каток – везде вам рады.
За старание в награду
Будут кубки и рекорды,
Станут мышцы ваши тверды.
Только помните – спортсмены
Каждый день свой непременно
Начинают с физзарядки.

Дети под музыкальное сопровождение показывают комплекс утренней гимнастики.

– А кто из вас по утрам делает зарядку?

С: Про ребят скажу два слова,
Как ведут себя в столовой:
Руки вымыли, опрятны,
Ложки держат аккуратно.
Быстро, дружно всё съедают,
Корки на пол не бросают,
Чай на стол не проливают,
Потому что твердо знают...

Ведущий: Кто ест красиво, глядит счастливо. Когда я ем, я глух и нем. Кто быстро ест, тот хорошо работает.

А сейчас отгадайте загадки.

1. Я увидел свой портрет,
Отошел – портрета нет. (Зеркало)
2. Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков,
И под каждым под зубком
Лягут волосы рядком. (Расческа)
3. Лег в карман и караулю
Рёву, плаксу и грязнулю,
Им утру потоки слез,
Не забуду и про нос.

(Носовой платок)

4. Гладко, душисто,
Моет чисто. (Мыло)

– А кто расскажет, как правильно чистить зубы?

Мойдодыр (рисует на доске):

1. Точка, точка, запятая,
Минус, рожица кривая,
Палка, палка, огуречик –
Вот и вышел человечек.
Как зовут его, друзья?
Очень знать хотел бы я!
Приучал себя к порядку:
Рано утром он вставал,
Бодро делал он зарядку,
Душ холодный принимал.
Человечек за обедом
Что давали, то и ел,
Вовсе не был привередой,
Не худел и не толстел.
Спать ложился в 8-30,
Очень быстро засыпал.
С интересом шел учиться
И пятерки получал.
Каждый день он бегал, прыгал,
Много плавал, в мяч играл,
Набирал для жизни силы
И не ныл и не хворал.

Ведущий: Кто же он?

Дети: Здоровый человек. Школьник. Друг Мойдодыра и т.п.

Ведущий: Как вы думаете, ребята, можем ли мы считать себя друзьями Мойдодыра?

Самые активные участники игры награждаются призами.

Ирина Николаевна Лобанова – учитель начальных классов МОУ «Гимназия № 9», г. Шадринск, Курганская обл.