

## **Мы выбираем спорт как альтернативу пагубным привычкам**

### **КВН «Здоровым быть модно!»**

Цель: формирование здорового образа жизни; воспитание негативного отношения к пагубным привычкам

Орг. момент: выбираются 2 команды по 6 – 8 человек. Команды придумывают название, девиз.

### *Ход игры.*

**1. Разминка. Командам выдается лист с надписью ЗОЖ, они должны написать как можно больше составляющих ЗОЖ.**

*В это время для болельщиков проходит конкурс «Олимпийский»*

1. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
2. В честь кого устраивались Олимпийские игры?
3. Чем награждались победители олимпийских игр?
4. Каков девиз Олимпийских игр? (Быстрее, выше, сильнее)
5. Что представляет эмблема Олимпийских игр?
6. Что символизирует эмблема Олимпийских игр? (единство континентов)
7. Когда в России проводились Олимпийские игры? (1980г.)
8. Когда и где планируется ближайшая олимпиада? (2014, Сочи)
9. Что такое Паролимпийские игры? ( олимпиада для инвалидов)

**2. Конкурс пантомимы.** Участникам предлагается Цветик – семицветик, где каждый лепесток - название вида спорта. Участники от каждой команды выбирают лепесток и через минуту изображают пантомимой вид спорта, команда соперника должна угадать, о каком виде спорта идет речь. (Баскетбол, фигурное катание, лыжи, плавание, биатлон, прыжки с шестом, поднятие штанги)

*Для болельщиков загадки:*

Костяная спинка,

На брюшке щетинка,

По частоколу прыгала,

Всю грязь вымела. ( Зубная щетка)

Чем мяч на гвоздь похож? (можно забивать)

Назовите спортивные игры с мячом (футбол, волейбол, баскетбол, ручной мяч, водное поло, хоккей с мячом, бейсбол, конное поло, мотобол, теннис полевой)

**3. Конкурс эрудитов.**

Командам поочередно задаются вопросы:

Что, согласно известному лозунгу, является залогом здоровья? (Чистота)

Как называют людей, купающихся зимой в проруби (Моржами)

Кто и каким видом спорта занимался в 4-ом выпуске мультфильма «Ну, погоди (Бегемот, городки)

В какой игре правило 30 секунд? И что оно значит? (Баскетбол)

Как называется преждевременный старт. (Фальстарт)

Какое лекарство не пьют, а слушают? (музыку)

Назовите принципы закаливания – 3 «П» (постепенно, последовательно, постоянно)

**4.Конкурс - домашнее задание.**

Сценка «Курить - здоровью вредить».

**5. Конкурс «Продолжи логическую цепочку»**

Для занятий различными видами спорта необходимы определенные принадлежности, например, футбол трудно представить без мяча. Предлагаем продолжить логическую цепочку:

Хоккей-шайба, фигурное катание - коньки, бадминтон-волан, слалом - лыжи, биатлон - винтовка, боулинг – кегли, бокс – перчатки, ралли – машина.

### **6. Конкурс равновесия.**

От каждой команды выходит пара игроков. Они зажимают спинами воздушный шар. По команде ведущего пара приседает, стараясь не уронить шарик. Приглашаются пара мальчиков, затем пара девочек.

### **7. Конкурс «Собери пословицу»**

Командам выдаются слова, из которых надо собрать пословицы о здоровье.

#### **Пословицы и поговорки о здоровье**

Здоровье дороже богатства.

Здоровью цены нет.

Не желай добра, пожелай лучше здоровья.

Здоровому все здорово.

Здоровье – всему голова.

Пока команды собирают пословицы,

#### **Для болельщиков игра "Это я, это я, это все мои друзья"**

кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов;

кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым;

кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру;

кто мороза не боится, на коньках летит, как птица;

ну а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет;

кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны;

кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки;

кто из вас, из друзей, ходит грязный до ушей;

кто согласно распорядку выполняет физзарядку;

кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?

### **8. Конкурс «Угадай кот в мешке»**

В мешке лежат предметы гигиены, участники поочередно опускают руку в мешок, выбирают предмет и называют его. Если назвали правильно, забирают себе.

### **9. Дополнительный конкурс "Здоровье не купишь – его разум дарит"**

Согласны ли вы, что зарядка – это источник бодрости и здоровья? (Ответ: да.)

Верно ли, что жевательная резинка сохраняет зубы? (Ответ: нет.)

Верно ли, что зубы надо чистить один раз в день? (Ответ: нет.)

Правда ли, что бананы поднимают настроение? (Ответ: да.)

Верно ли, что морковь замедляет старение организма? (Ответ: да.)

Легко ли отказаться от курения? (Ответ: нет.)

Правда ли, что недостаток солнца вызывает плохое настроение? (Ответ: да.)

Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? (Ответ: нет.)

Правда ли, что каждый день нужно выпивать два стакана молока? (Ответ: да.)

### **Оценочный лист для жюри**

1. Конкурс ЗОЖ – 5 баллов максимально
2. Конкурс пантомимы - 5 баллов максимально
3. Конкурс эрудитов – за правильное задание 1 балл (1x1)
4. Домашнее задание - 5 баллов максимально

5. Конкурс «Логическая цепочка» - 5 баллов максимально
6. Конкурс равновесия – по баллу, если шар не упал, не лопнул
7. Конкурс «Собери пословицу» - за правильную пословицу – 1 балл.