**Воспитательный час:**

**«Парад вредных привычек»**

(ЗОЖ)

**Праздник «Парад вредных привычек»**

***Цель***: довести до сознания детей, что самое главное у человека -это жизнь и здоровье; способствовать профилактике вредных привычек и пропаганда ЗОЖ.

Ход праздника.

Ведущий: -Ребята, самое дорогое у человека-это жизнь и его здоровье. Народная мудрость гласит:

«Потерял деньги-ничего не потерял ».

«Потерял время- много потерял»

«Потерял здоровье-все потерял».

 Дорожите своим здоровьем и жизнью.

-Сегодня наши герои расскажут вам, как надо жить, чтобы быть здоровым и чего нельзя делать чтобы у вас не сформировались вредные привычки. И так…. Мы начинаем наш праздник.

Все: Парад вредных привычек.

Ученик 1: Кто жить умеет по часам

И ценит каждый час,

Того не надо по утрам

Будить по 10 раз.

Ученик 2: И он не станет говорить,

Что лень ему вставать.

Зарядку делать, руки мыть

И заправлять кровать.

Ученик 3: Успеет он одеться в срок

Умыться и поесть

И раньше, чем звенит урок

За парту в школе сесть.

Ученик 4: Кто спит в постели сладко?

Давно пора вставать.

Спешите на зарядку

Мы вас не станем ждать.

Ученик 5: Распахнуто окошко

Нам холод нипочем

Походим мы немножко

И сон с себя стряхнем.

Ученик 6: Но чтоб совсем проснуться

Нам нужно подтянуться

Начинай, не спеши

Через нос ровней дыши.

Ученик 7: Я возьму мяч большой

Подниму над головой

Хорошо прогну спину

А мяч назад кину.

Ученик 8: Чтоб ногам работу дать

Будем дружно приседать.

Ученик 9: Спорт, ребята, очень нужен

Я со спортом очень дружен

Спорт- здоровье, спорт-игра,

Занимайтесь им всегда

Физкульт-ура

(Показывает акробатическую фигуру…! )

**Песня: «Почему я не болею»**

Ни мороз не старен, ни жара

Удивляются даже доктора:

Почему я не болею, почему я здоровый 2 раза

Всех ребят из нашего дрова

 Потому, что утром рано

Заниматься мне гимнастикой не лень

Потому, что водой из- под крана

Обливаться каждый день

Любим все мы на воздухе бывать

И в футбол с друзьями поиграть

Соревнуемся, поиграем

И на солнце загораем

Физкульт-ура, физкульт-ура.

Вот потому мы не болеем

Потому мы здоровее.

Всех ребят из нашего двора.

*Звучит музыка, входят ряженные*

С булкой-обжора

С платочком-плакса

В саже-грязнуля

На распашку- неряха

С градусником- лежебока

В очках, с наушниками- телеман

С сигаретой и рогаткой- хулиган

Худая, разряженная- модница

Ученик: Кто пришел в нежданный час?

Праздник здесь у нас сейчас

Мы гостей уже не ждали

Мы и пели и играли.

Веселились мы на диво

И одеты мы красиво

А у этих странный вид.

Что-то он не веселит.

Кто такие, отвечайте,

Праздник нам не нарушайте.

Обжора: Я люблю покушать сытно

Много, вкусно, аппетитно

Ем я все и без разбора,

Потому, что я … (обжора)

Грязнуля: Не люблю я, братцы, мыться

С мылом, щеткой не дружу

Вот поэтому, ребята ,

Вечно грязный я хожу

И сейчас не потому ли

Назовут меня… (грязнулей)

Неряха: Честно я скажу, ребятам

Быть опрятным, аккуратным

Очень трудно….самому.

Сам не знаю, почему?

Вещи всюду я бросаю

И найти их не могу.

Что схвачу, в том и бегу

Где штаны? А где рубаха?

Я не знаю, я…(неряха)

Лежебока: Ох…, спортом я не занимаюсь

Я никак не закаляюсь,

Бегать, прыгать нету сил

Свет, мне кажется не мил

Я –сутулый и хромой

Я для всех уже больной.

Ведущий: Ребята, у этого мальчика очень распространенная и опасная болезнь- притворенно лодырит. А заболевают ею от очень опасного вируса (лень). Берегитесь ребята, от этой болезни.

Модница: Я стройна, худа, красива

Всем подружкам на диво

Хоть и сил осталось мало,

Но зато я стройной стала

Ничего почти не ем

И уж высохла совсем.

Коли есть не захочу,

То, наверно полечу.

Я горжусь теперь собою

Но зовут меня худою.

Хулиган 1: Прихожу когда со школы,

Не сажусь я за глаголы.

А иду во двор гулять

И друзей всех задирать.

Ваньке я синяк поставил,

Юльку дурочкой назвал

Закурил я сигарету

У Айгуль забрал конфету.

Знаю в будущем году.

Водку пить уже начну.

Хулиган 2: А сейчас, ребята, полезные советы от нас.

Бейте палками лягушек-

Это очень интересно.

Отрывайте крылья мухам-

Пусть бегают пешком.

Тренируйте ежедневно

И наступит день счастливый

Вас в какое-нибудь царство.

Примут главным палачом.

Телеман: Если вы еще не твердо

В жизни выбрали дорогу

И не знаете, с чего бы

Трудовой свой путь начать

Бейте лампочки в подъездах

Люди скажут вам «Спасибо»

Вы поможете народу

Электричество сберечь.

Плакса: Родилась девочкой –терпи

Подножки и толчки

И подставляй косички всем

Кто дернуть их не прочь

И я реву, реву, реву

И день и ночь…

Один из ряженных: Теперь вы знаете, как стать, такими же, как мы.

Правда, мы классными ребята! Будете выполнять наши советы?

Входит людоед: (с огромной ложкой)

Я людоед, я людоед

Вот я пришел к вам на обед

Люблю покушать вкусно

А вот и мой обед-ура!

Люблю закусить детишками

С вредными привычками.

Ну, кто первый?

Ряженые: Ой, мы исправимся…

Людоед: Ладно, прощу вас, если отгадаете загадки, которые загадают вам ребята.

1. Гладко, душисто

Моет чисто

Нужно чтобы у каждого было

(мыло )

2. Костяная спичка

На брюшке щетинка

По частоколу прыгала

Всю грязь повывела

(зубная щетка)

3. Белая, душистая

Между зубок скок, скок

Заблестели зубки

Раскраснелись губки

(Зубная паста)

4. Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков

И под каждым, под зубком

Лягут волоски рядком

(расческа)

5. Лег в карман и караулю

Реву, плаксу и грязнулю

И вытру потоки слез

Не забуду и про нос

(носовой платок)

6. Я на ежика похожа

Я еще на свинку

У меня на спинке

Колкая щетинка.

Если вижу я детей грязных

Будто свинки- я щетинкою своей

Им поглажу спинки

(Од. щетка)

Людоед: Вот с чем вам надо подружиться

Ладно, пойду есть рыбные консервы

А вы смотрите мне!!!

(Выходят все дети)

1.Хотим представиться мы вам

И есть у нас секрет

Здоровый образ мы ведем

Уже не мало лет

Семьи здоровые у нас

А это наш значок:

Здоровый папа

Здорова мама

И сын здоровячек

(Показывают эмблему)

**Песня «Друзья ЗОЖа»**

1. Мы здоровые ребятки

Ох не любим беспорядка

Чистотой мы все дружны

Нам грязнули не нужны

2. Все привыкли мы к порядку

Утром делаем зарядку

И хотим оценки «5»

На уроках получать.

3.Гигиену соблюдаем

Моем, читаем, убираем

Покорении наук

ЗОЖ приятель наш и друг.

4. Мы читаем и считаем

На луну слетать мечтаем

С ЗОЖем будем мы дружить

И стране родной дружить.

Ведущий: Ребята, вот и подошел к концу наш праздник. Я надеюсь, что в хорошо уяснили, как важно быть здоровым и на примерах наших героев осознали, что такое хорошо и что такое плохо. Будьте все здоровы, а это отлично…

**Песня «Все отлично» (музыка 3 кл.)**

1. Как приятно не болеть

В небо синее смотреть

И ходить, бродить по улица различным

И деревья по утру Будто шепчут на ветру:

«Все нормально, все в порядке, все отлично»

2. Хорошо когда с утра

Хорошо идут дела

Светит солнышко

Поют на ветках птички

И деревья по утру Будто шепчут на ветру:

«Все нормально, все в порядке, все отлично»

3.Тот, кто весел и здоров

Целый мир обнять готов

Для него светлей и ярче день обычный

Все прохожие подряд, улыбаясь говорят:

«Все нормально, все в порядке, все отлично»-2 раза