**7 апреля - Всемирный День здоровья**

**Цели:**

* раскрыть понятие здоровый образ жизни,
* определить условия сохранения здоровья,
* формировать у учащихся убеждения о пользе здорового образа жизни и о здоровье как самой главной ценности.

**Подготовительная работа:**

* Разработка мероприятия
* Оформление выставки рефератов, рисунков, плакатов о здоровом образе жизни
* Оформление зала
* Постер (о ЗОЖ)

**Оборудование:**

* Плакаты
* Спортивные костюмы
* Спортивный инвентарь

**Открытие:**

1.Вступительное слово директора.

2.Флэшмоб (10 кл.).

3.Внешний вид (дежурный класс проверяют по классам).

На протяжении всего учебного дня на переменах проводятся спортивные конкурсы. В этих конкурсах участвуют по 2 человека от класса.

**План проведения Всемирного Дня здоровья:**

* 1-ая перемена :1-4кл.-подвижные игры(в рекреации); 5-11 кл.-конкурс –«Дартс» (спортзал);
* 2-ая перемена: 1-4 кл- подвижные игры(в рекреации); 5-11 кл.- конкурс- «Боулинг» (спортзал);
* 3-4-ая перемена: 1-4кл-подвижные игры (в рекреации); 5-11 кл.- прыжки на скакалке за 30 сек., подъем туловища за 30 сек., прыжок в длину с места (спортзал);
* После 5-го урока проводятся турнир : 5-8 кл.-теннис, 9-11 кл.- волейбол;
* Просмотр видеоролика о ЗОЖ.

В конце учебного дня подводятся итоги Дня здоровья.

Награждение:

* «Самый опрятный класс» (1-11кл.);
* «Самый спортивный класс» (5-11 кл.);
* «Самый дружный класс» (1-4кл.);
* «Теннис» (5-8кл.);
* «Волейбол» (9-11кл.).

Учитель:

- Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Если соблюдать всё то, о чём мы сегодня говорили, заниматься спортом, то вы все будете: красивые; сильные; ловкие; стройные; румяные; крепкие; подтянутые; здоровые. Так будьте здоровы!!!