

**Внеклассное мероприятие с родителями и детьми
«За здоровьем всей семьей!»**

**5 класс
14.03.2024г.**

Цель: закрепление основ здорового образа жизни в семье.

Задачи:

Образовательные: прививать детям и родителям основы здорового образа жизни; развивать социальные навыки в семье;

Коррекционно-развивающие: развивать навыки двигательной активности и координации движения;

Воспитательные: способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья; развитие сотрудничества семьи и школы.

Оборудование:

Ложки, две сковородки, школьные принадлежности, игрушки, два портфеля, мячи, корзинка, мячики для пин-понга.

Предполагаемый результат:

- В результате внеклассного мероприятия предполагается, что школьники обратят внимание на собственное здоровье и здоровье своих родителей;
- Побудить школьников отказаться от вредных привычек;
- Воспитать уважение к себе, уверенность, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым, дает ему силы делать осознанный выбор во всем.

Ход праздника:

Кл рук: Добрый день, дорогие гости! Мы рады видеть вас на семейном празднике «За здоровьем всей семьей!»

Воспит: Семья - самое главное в жизни для каждого из нас. Семья - это близкие и родные люди, те, кого мы любим, с кого берем пример, о ком заботимся, кому желаем добра и счастья. Именно в семье мы учимся любви, ответственности, заботе и уважению.

Клас рук: В семейном кругу мы с вами растем,
Основа основ – родительский дом.
В семейном кругу все корни твои,
И в жизнь ты входил из семьи.

Воспит: На нашем семейном празднике присутствуют команды и семейный совет, выполняющий функции жюри. Представление команд и жюри.

1. Команда "Апельсин"

Девиз: Мы как дольки апельсина. Мы дружны и неделимы.

2. Команда "Улыбка"

Девиз: Жизнь без улыбки ошибка, да здравствует смех и улыбка!

Кл рук: Итак, самое время начинать нашу конкурсную программу.

1-ый конкурс «Народная мудрость гласит»

О семье много пословиц и поговорок. Давайте вспомним их. Сейчас небольшая разминка. Продолжите пословицы:

- Гость на пороге – счастье в(доме)
- Дом без хозяйки(сиротка)
- Дом вести(не бородой трясти)
- Яблоко от яблони(не далеко падает)
- Чем богаты,(тем и рады)
- В гостях хорошо,(а дома лучше)

Воспит:

2 конкурс

«Завтрак»

Съел на завтрак я омлет.
Пять картофельных котлет,
И тарелку манной каши.

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (родитель, ребенок). На расстоянии 20-30 шагов от стартовой линии, напротив каждой команды, стоит мама и держит в руках сковородку. У каждого участника в руках ложка с яйцом (шарик для пин-понга). По сигналу первые номера добегают до мамы, «разбивают» яйцо в сковороду и возвращаются к команде. Выигрывает команда, которой удастся выполнить задание первой.

Кл рук:

3-ий конкурс

«Собираемся в школу»

Одеваюсь, умываюсь
Собираюсь в школу я,
Проверяет моя мама,
Как собрался я друзья.

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (родитель, ребенок). Напротив каждой команды на лицевой линии стоит стул с портфелем. Задание: собрать портфель в школу. На расстоянии 20-30 шагов от стартовой линии, стоит стол. На столе лежат различные предметы. Ребенок вместе с родителем берутся за руки и бегут к этому столу. Из всех предметов выбирают только школьные принадлежности, возвращаются к команде и кладут этот предмет в портфель. Побеждает команда, выполнившая задание быстро и правильно.

Воспит: «Идем в школу»

4 конкурс

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (родитель, ребенок). Преодолейте препятствие: на полу нарисованы круги.
По этим «кочкам» нужно допрыгать до финиша и обратно Бегом.

Побеждает команда, выполнившая задание быстрее.

Кл рук: «Узнай своего ребенка».

5 конкурс

Родители выстраиваются в колонну по одному. Дети- напротив. От каждой команды приглашаются поочередно по одному родителю. Родитель с завязанными глазами на ощупь должен найти своего ребенка. Побеждает команда, быстрее и правильнее выполнившая задание.

Воспит: «Возвращение домой».

6 конкурс

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (родитель за ребенком). Преодолейте препятствие: между ног зажимается мячик, нужно добежать до финиша и обратно передавая мяч следующим участникам команды. Побеждает команда быстрее всех, выполнившая задание.

Кл рук: Слово жюри. (победила дружба)
Подводятся итоги. На празднике не было проигравших.
Победили все! Главное-участие!

Воспит: Любите сладкое, иль нет – вот вам горсточка конфет.

Кл рук: Что же такое семья? Семья-это не просто родственники, которые живут вместе, это люди, которые сплочены чувством, интересами, отношением к жизни. Нет ничего дороже семьи.

Семья – это то, что мы делим на всех.
Всем понемножку: и слезы и смех.
Взлет и падения, радость, печаль,
Дружбу и ссоры, молчания печать.

Воспит: Семья – это то, что с тобою всегда,
Пусть мчатся секунды, недели, года,
Но стены родные, отчий твой дом –
Сердце навеки останется в нем!

А теперь уважаемые участники и болельщики, заканчивая сегодняшний вечер, хочется сказать большое спасибо всем и выразить надежду, что семейный праздник помог нам ближе узнать друг друга, объединиться, сделать еще один шаг навстречу единству. Давайте возьмемся за руки и все вместе споем песню «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались»

Итог: чаепитие.