**Буду делать хорошо, и не буду** - **плохо!**

**Слайд 1**

**Ведущий 1**

Здравствуйте, ребята!

Сегодня, наша встреча посвящена вредным и полезным привычкам. Но прежде, чем мы начнем, давайте выясним, что такое привычка.

Привычки – это действия, которое мы повторяем каждый день, почти не задумываясь, со временем становятся автоматическими. Чтобы сформировалась привычка необходимо повторить какое-то действие много раз изо дня в день.

**Ведущий 2**

**Слайд 2**

Послушайте стихотворение:

Происходит, что не понимаю,

        Непонятно почему,

        Я бездумно подражаю

        Взрослым, детям и всему.

        Все смеются, я смеюсь.

        Все дерутся, я дерусь.

        Все не делают уроки,

        И я к этому стремлюсь.

        За друзьями следуя,

        Ни о чем не ведая,

        По кружкам по всем промчался.

        Ни в одном не задержался.

        Мне все это надоело –

        Подражать – пустое дело.

        Чужие успехи, поступки большие,

        Как ни старался, не стали моими.

**Ведущий 1**

Этот мальчик подражал другим, но вместо того чтобы подражать хорошим поступкам, перенимал плохие. Подражая другим, у человека формируются привычки, у кого-то хорошие, а у кого-то плохие. Но со временем человек впадает в зависимость от своих привычек. И ему трудно от них избавится.

А сейчас мы посмотрим мультфильм о привычках. **Слайд 3 (Видео 1)**

**Ведущий 2**

**Слайд 4**

От чего может зависеть человек? От телевизора, компьютера, интересной игры, конфет. Со всеми вредными привычками человек может справиться сам, воспитав свою волю.

А какие вредные привычки вы знаете? *(Ответы детей).* Правильно, курить, быть неопрятным, грызть ногти, сосать пальцы, ковыряются в носу, ругаются грубыми словами, есть много сладкого, грубить старшим, болтать ногами, показывать язык, вытирать рот рукавом, чавкать во время еды, строить рожицы, обманывать.

**Ведущий 1**

**Слайд 5**

Скажите, приятно ли вам наблюдать за ребятами, которые грызут ногти, ковыряются в носу? *(Ответы детей).*

Кому-то может показаться, что это не привычки, но если вы это делаете постоянно, то это уже привычка. Ребята, если у кого-то есть такие привычки, то от них нужно обязательно избавляться, потому что это плохо.

Посмотрите мультфильм и скажите о чем он? **Слайд 6 (Видео 2)**

**Ведущий 2**

**Слайд 7**

Итак, о чем же этот мультфильм? *(Ответы детей).* Правильно, о том, что мальчик ленился, все делал очень долго, да еще и не правильно, не хотел слушать маму, еще он был неряхой, вы видели, что все игрушки были разбросаны по комнате.

Сегодня  мы поговорим о привычках, и научимся говорить вредным привычкам – НЕТ!

**Ведущий 1**

**Слайд** **8**

Сейчас я буду читать вам стишки, а вы ответьте о ком они:

Я люблю покушать сытно,

Много, вкусно, аппетитно,

Ем я всё и без разбора,

Потому что я … (обжора)

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)

Не люблю я, братцы, мыться,  
С мылом, щёткой не дружу.  
Вот поэтому, ребята,  
Вечно грязный я хожу.  
И сейчас не потому ли,  
Назовут меня… (грязнуля)

Прихожу когда из школы,

Не сажусь я за глаголы.

Я иду во двор гулять

И прохожих задирать.

Ваньке я синяк поставил,

Закурил я сигарету,

У Витька забрал конфету.

Знаю в будущем году

Пиво пить уже начну.

О ком это стихотворение? (о хулигане)

Плачу по делу, плачу без дела  
Всем своим плачем уже надоела  
Лишь утром вхожу в класс я.  
мальчишки кричат …(плакса)

**Ведущий 2**

Как вы думаете, хорошо быть такими? Конечно, нет.

Ребята, сегодня мы сделаем еще один шаг по направлению к здоровому образу жизни. А с такими товарищами нам не по пути!

**Слайд 9**

Сегодняшним девизом станут слова, давайте их прочтем вместе:

«Я умею думать, умею рассуждать,

Что полезно для здоровья буду выбирать»

Ну а теперь будем говорить о полезных привычках. **Слайд 10 (Видео 3)**

**Ведущий 1**

**Слайд 11**

Ребята, скажите, какие вы знаете полезные привычки. *(Ответы детей)*

Полезные привычки: умываться и мыть руки с мылом, чистить зубы, делать зарядку, заправлять постель, соблюдать режим дня, класть вещи на место, не опаздывать, гулять на свежем воздухе, правильно питаться, не переедать, есть в одно и то же время, когда поели, то обязательно убрать за собой посуду, мыть фрукты и овощи перед едой, быть опрятными и аккуратными, ложиться во время спать, говорить «здравствуйте, до свидания, спасибо, пожалуйста». Видите сколько много полезных привычек.

**Ведущий 2**

Полезные привычки помогают сохранить здоровье, стать более сильным и красивым, удобно и комфортно организовать жизнь, экономить время, делают человека более свободным.

Ну а теперь давайте поиграем в **игру: «Да, нет».** Ребята, очень внимательно слушаем вопрос о полезной и здоровой еде и отвечаем по смыслу. Ну, что готовы?

Каша вкусная еда

Это нам полезно? (Да.)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да.)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет.)

Щи - отличная еда

Это нам полезно? (Да.)

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? (Нет.)

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? (Да.)

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? (Нет.)

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? (Да.)

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? (Да.)

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? (Да.)

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда! (Да!)

**Ведущий 1**

Ребята, для того чтобы выработать полезную привычку необходимо иметь силу воли, упорство, стремление. Для соблюдения многих из полезных привычек понадобятся полезные вещи. Отгадайте, о каких полезных вещах загадки?

**Слайд 12**

Мудрец в нем видит мудреца,

Глупец – глупца, баран – барана,

Овцу в нем видела овца,

А обезьяну – обезьяна.

Вот подвели к нему Федю Баратова

Федя увидел неряху лохматого. *(Зеркало)*

Целых 25 зубков,

Для Кудрей и Хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. *(Расческа)*

**Слайд 13**

Лёг в карман и караулю,

Рёву, Плаксу и Грязнулю.

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос. *(Носовой платок)*

Горяча и холодна,

Я всегда тебе нужна.

Позовёшь меня – бегу,

От болезней берегу. *(Вода)*

**Слайд 14**

Костяная спинка,

Жёсткая щетинка:

С мятной пастой дружит

Нам усердно служит. *(Зубная щётка)*

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне:

Пусть отмоет руки мне. *(Мыло)*

Для чего же нужны эти вещи? Чтобы всегда содержать в чистоте и порядке своё тело, свои вещи. Быть всегда опрятными, здоровыми и красивыми.

**Ведущий 2**

**Слайд 15**

Занятия физкультурой и спортом помогают человеку стать более выносливым, меньше болеть и дольше не стареть, потому что организм становится сильным. Спортом надо заниматься регулярно. Поэтому будем отгадывать **«Спортивные загадки»**

**Слайд 16**

Бьётся, скачет,

Но не плачет,

Приглашая детвору

На весёлую игру. *(Мяч.)*

Вот две ручки и верёвка.

С ними скачет Лера ловко. *(Скакалка.)*

**Слайд 17**

Проложили две дорожки,

Чтоб по снегу мчались ножки.

Быстрые, новые

Ножки те кленовые. *(Лыжи.)*

Очень чудные ботинки

Появились у Иринки.

Не годятся для ходьбы,

В них по льду кататься бы. *(Коньки.)*

**Слайд 18**

На каток идут зимой.

Что же делать в летний зной?

Пригодятся Коленьке

С колёсиками … *(ролики).*

Сел за руль. Привет, сосед!

Мчит меня … *(велосипед).*

**Слайд 19**

Ах, какой огромный стол!

Для каких обедов он?

Нет, обедать здесь не станем:

Сетку туго мы натянем –

Скачет шарик там и тут.

Как игру эту зовут? *(настольный теннис.)*

Две ракетки и волан,

Пышный, точно сарафан.

Высоко волан взлетает –

Сильно Лена отбивает. *(бадминтон.)*

**Ведущий 1**

**Слайд 20**

**Игра «Польза или Вред».**

Ребята, сегодня мы с вами говорили о вредных и полезных привычках, и, подводя итог, предлагаю игру, где я буду называть, привычку, а вы будите говорить польза от неё, или вред. Готовы? Тогда начнем:

- Чистить зубы *(польза)*- Заправлять постель *(польза)*

- Поздно ложиться спать *(вред)*

- Делать зарядку *(польза)*

- Пить пиво *(вред)*

- Читать книги *(польза)*  
- Долго сидеть за компьютером *(вред)*

- Заниматься спортом *(польза)*  
- Быть вежливым *(польза)*

- Курить *(вред)*

- Есть много сладкого *(вред)*

- Кататься на велосипеде *(польза)*  
- Грубить старшим *(вред)*

- Мыть руки перед едой *(польза)*- Грызть ногти *(вред)*

- Здороваться *(польза)*  
- Обманывать *(вред)*  
- Много сидеть у компьютера и телевизора *(вред)*

- Есть овощи *(польза)*

- Читать лёжа книгу *(вред)*

**Ведущий 2**

Итак, мы знаем, что у некоторых из нас есть и хорошие привычки и дурные. Редко встретишь человека, у которого только хорошие, полезные привычки. Полезные привычки помогают сохранить здоровье и облегчить нашу жизнь. Но с вредными привычками надо бороться, а сила воли поможет их победить. Самое главное, чтобы вы сегодня сказали:- нет вредным привычкам!

**Ведущий 1**

**Слайд 21**

Ну и в заключение нашей встречи я предлагаю каждому взять белый листочек, написать свою вредную привычку, от которой хотите избавиться и опустить его в сундучок. Мы его закроем крепко на замок, чтобы ваши вредные привычки не смогли выбраться оттуда и навсегда исчезли из вашей жизни.

**Ведущий 2**

**Слайд 22**

Большое спасибо всем за внимание и участие! До новых встреч!

Буду делать хорошо, и не буду - плохо! : сценарий / Муниципальное казенное учреждение культуры г-к Кисловодска «Централизованная библиотечная система», библиотека - филиал № 5; сост. Л.В. Алтухова. – Кисловодск, 2022. – 7 с.