Интерактивная игра

«Здоровым быть - здорово!»

Цель: сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Задачи: помочь детям осознать важность разумного отношения к своему здоровью;

 Способствовать укреплению здоровья детей;

 Развивать навыки работы в группах, коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь;

 Воспитывать культуру поведения и общения при работе в группах.

Сценарный план.

1. Слово ведущего
2. Конкурс «Здоровье»
3. Конкурс «Народная мудрость гласит»
4. Конкурс «Здоровье не купишь – его разум дарит»
5. Конкурс «Знание – сила»
6. Конкурс «Загадки о режиме дня»
7. Конкурс «Загадки из ларца»
8. Конкурс «Здоровый образ жизни – это стильно»
9. Подведение итогов игры.

ВЕДУЩИЙ 1: Добрый день, дорогие ребята и уважаемые взрослые!

ВЕДУЩИЙ 2: Здравствуйте, дорогие гости! Мы рады видеть вас на нашей интерактивной игре с названием «Здоровым быть здорово!»

ВЕДУЩИЙ 1: В век технического прогресса и развития космических технологий, как вы думаете, что всего дороже? Конечно же, здоровье! Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Здоровье не купишь за деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете решать жизненно важные задачи. Все мы хотим вырасти крепкими и здоровыми. Быть здоровым – естественное желание человека, рано или поздно все задумываются о своем здоровье. Давайте вместе подумаем, что такое здоровье, здоровый образ жизни.

ВЕДУЩИЙ 2: Чтобы были вы красивы, чтобы не были плаксивы,

 Чтоб в руках любое дело дружно спорилось, горело…

 Чтобы громче пелись песни, чтоб жилось нам интересней…

 Нужно сильным быть здоровым.

ВЕДУЩИЙ 1: Наша игра называется «Здоровым быть здорово!». И сегодня мы постараемся доказать это друг другу и самим себе. В игре участвуют команды из детских клубов по месту жительства. Приветствуем участников игры. Следить за нашим конкурсом будет самое справедливое жюри (назвать состав жюри)

 Итак, начинаем нашу конкурсную программу. Мальчики и девочки! Готовы к состязанию показать сейчас нам все свои знания.

За правильные ответы баллы получаете, в итоге мы их подсчитаем, а победителей поздравим.

1.КОНКУРС «ЗДОРОВЬЕ»

К каждой букве в слове «здоровье» нужно подобрать другие слова, которые имеют отношения к здоровью, здоровому образу жизни. Каждое слово принесет команде один балл. На выполнение задания отводится одна минута. ( во время работы звучит музыка)

2.Конкурс «Народная мудрость гласит»

Команды получают карточки с незаконченными пословицами. Задача участников – закончить пословицы о здоровье. В конце конкурса представители команд зачитывают свои варианты окончания пословиц. За каждый правильный ответ команда получает по одному баллу.

Чистота – (залог здоровья)

Здоровье в порядке – (спасибо зарядке)

Если хочешь быть здоров – (закаляйся)

В здоровом теле – (здоровый дух)

ВЕДУЩИЙ 2: А теперь отдохнем немного. Отвечайте дружно хором «Это я, это я, это все мои друзья», если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите.

 ВОПРОСЫ: - кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов; - кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым; - кто из вас не ходит хмурым, любит спорт и физкультуру; - кто мороза не боится, на коньках летит, как птица; - ну а кто начнет обед жвачкой с парою конфет; - кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны; - кто поел и чистит зубки регулярно дважды а сутки; - кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей; - кто согласно распорядку выполняет физзарядку; - кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать;

3. Конкурс «Здоровье не купишь – его разум дарит»

Вопросы, на которые нужно дать утвердительные или отрицательные ответы. За каждый правильный ответ команда получает по одному баллу. ВОПРОСЫ: Согласны ли вы, что зарядка – это источник бодрости и здоровья? (да) \_\_Верно ли, что жевательная резинка сохраняет зубы? (нет) \_\_Верно ли, что зубы надо чистить один раз в день? (нет) \_\_Правда ли, что бананы поднимают настроение? (да) \_\_Верно ли, что морковь замедляет старения организма? (да) \_\_Легко ли отказаться от курения? (нет) \_\_Правда ли, что недостаток солнца вызывает плохое настроение? ( да) \_\_Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? (нет) \_\_Правда ли, что каждый день нужно выпивать два стакана молока ( да)

ВЕДУЩИЙ 1: Чтобы быть здоровым, нужно много знать и уметь. В ходе следующего конкурса вам также нужно будет отвечать на вопросы. За каждый верный ответ команда получает два балла.

4.КОНКУРС «ЗНАНИЕ – СИЛА».

ВОПРОСЫ:

 Как называется результат воздействия мороза на организм человека? (обморожение) Кто может заразить человека бешенством? (животные) Как называются напитки, которые губят здоровье человека? (алкоголь) Как называется материал для перевязки? (бинт) Как называется травма, нанесенная огнем? (ожог) Что способствует закаливанию организма? (солнце, воздух, вода)

ВЕДУЩИЙ 2: Друзья, у меня есть для вас стихи, но их прочесть поможете вы. ---Как только руку подниму вверх, слово «здоровье» произносят все! Законы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_должны мы твердо знать! Свое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_беречь и охранять! \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ много значит! \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ всех важней!

Поднимите, пожалуйста, руки те, кто никогда не болел. Теперь те, кто болеет раз в году! А кто болеет два раза и более? Посмотрите, мы все уже привыкли болеть, а ведь это неверная установка. Давайте постараемся изменить ее и запомним, что для человека естественно быть здоровым. Болеть никто из вас не любит, а соблюдаете ли вы режим дня? Проверим! Сейчас я буду читать вам начало фразы, а вы должны ее закончить. За каждый правильный ответ команда получает один балл.

5.КОНКУРС «ЗАГАДКА О РЕЖИМЕ ДНЯ».

Загадки:

 ---стать здоровым ты решил, значит, соблюдай (режим) ---утром в семь звенит настырно наш веселый друг (будильник) ---режим, конечно, не нарушу – я моюсь под холодным (душем) ---после душа и зарядки ждет меня горячий (завтрак) --- всегда я мою руки с мылом, не надо звать к нам (Мойдодыра) ---после обеда можно сладко поспать, а можно и во дворе (поиграть) ---после ужина веселье - в руки мы берем гантели, с папой спортом занимаемся, маме нашей (улыбаемся) ---смотрит к нам в окно луна, значит, спать давно ( пора)

6.КОНКУРС «ЗАГАДКИ ИЗ ЛАРЦА»

ВЕДУЩИЙ 1: А теперь ответьте на загадки из ларца. Вам будет предложена словесная подсказка, а вы должны догадаться, что лежит в ларце. Слушайте внимательно подсказку:

\*Эти растения с характерным резким запахом являются хорошим средствам в профилактике простудных заболеваний (лук, чеснок) \*Вещества, которые обязательно надо употреблять, если вы принимаете сильные лекарства (витамины) \*Продукт из фруктов, который рекомендуется выпивать за 30 минут до еды (сок) \*Жидкое, а не вода, белое, а не снег (молоко)

МОЖНО ЗАДАТЬ ВОПРОСЫ КАЖДОЙ КОМАНДЕ:

1.О ней говорят: «Сидит шут в луже, а вихор наружу» (5 баллов) 2. Родилась она в странах Средиземноморья. Ее сок содержит витамин С не меньше, чем лимонный (4 балла). 3. Она не дает людям заболеть цингой, ускоряет заживление ран. И если вы вдруг поранили палец, приложите к нему ее лист (3 балла) 4. О ней еще говорят: «40 одежек, да все без застежек» (2 балла)

Ответ: КАПУСТА

1. Его родина - Иран, Афганистан, Индия (5 баллов) 2. После него земля не беднеет, а становится богатой азотом. На его корнях находятся крохотные белые клубеньки, в которых живут невидимки – полезные почвенные бактерии (4 балла) 3. Он богаче других растений на белок, поэтому дает много сил (3 балла) 4. Обязательно входит в состав салата «Оливье» (2 балла) ответ: ГОРОХ.

1. Его родина – Индия, Китай. Теплолюбив. Боится морозов, поэтому его садят в парниках. (5 баллов) 2. Когда он лежит на тарелки свежий, прохладный, сочный, нарезанный дольками, то от одного запаха повышается аппетит (4 балла) 3. На 90% состоит из воды, но несмотря на это богат витаминами и минералами (3 б) 4. Самая распространенная овощная культура на Беларуси (2 балла) 5. Маринуют, солят, употребляют в свежем виде. (1 балл)

 Ответ: ОГУРЕЦ.

1 Больше всего ему нравится тепло и свет (5 баллов) 2 Боковые побеги пасынкуют, прищепляют верхушку, чтобы созрели все плоды (4 3 Из него готовят сок, который очень полезен, но не всеми любим ( 3балла) 4 Вежливо называют « синьор» . (2 балла) 5 Второе название - томат. (1 балл)

 Ответ: ПОМИДОР.

1 Обладает целебными свойствами, которых нет ни у одного растения. (5б) 2 В Древнем Египте им лечили все болезни – от насморка и зубной боли до чумы. (4 балла) 3 В Древнем Риме воины перед сражением жевали его, а заботливая мать надевала ребенку на шею ладанку – зашивали его в тряпочку. (3 балла) 4 Его кладут в колбасу, консервы, маринады. (2 балла)

 Ответ: ЧЕСНОК.

1 Когда его привезли в Европу, то в каждой стране его называли по-разному. Англичане – потато, голландцы – аардаппель, финны – тарту. (5 баллов) 2 В России его называли «чертовым яблоком». Посадишь его – только землю запоганишь и сам с голоду помрешь. (4 балла) 3 Сейчас его называют «вторым хлебом». (3 балла) 4 Из клубней делают крахмал, глюкозу, готовят драники – национальное блюдо белорусов. (2 балла)

 Ответ: КАРТОФЕЛЬ.

7. КОНКУРС «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО СТИЛЬНО!» Участники на листах бумаги должны записать правила здорового образа жизни. Команды работают под музыку, потом зачитывают свои правила. За каждое правило команда получает по одному баллу.

ВЕДУЩИЙ 1: А теперь немного отдохнем. Прошу всех встать. Подровняйте носочки, сцепите руки за спиной, присядьте несколько раз. Закройте глаза, откройте глаза (5 раз). Поднимаем по очереди плечи (5 раз). Руки на пояс, наклоны вправо, влево. Как можно назвать то, что мы с вами сейчас делаем? --- Правильно, разминку, зарядку, т.е. ведем активный образ жизни, который способствует укреплению здоровья.

 Жюри подводит итоги конкурса и награждает команды.

ВЕДУЩИЙ 2: Здоровье – неоценимое богатство в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранять подвижность, бодрость, Энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшняя игра не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Не зря говорят: «Здоров будешь – все добудешь».

Законы здоровья должны мы твердо знать!

Свое здоровье беречь и охранять!

Здоровье много значит!

Здоровье всех важней!

Так будьте все здоровы, до свидания!