Игра- путешествие «Дорога к доброму здоровью».

Внеклассное мероприятие «Дорога к доброму здоровью».

Ильина Людмила Петровна – воспитатель ГБС(К)ОУ ст. Костромской.

Цель: воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

Задачи:

Формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения. Расширение знаний о ядовитых , лекарственных и редких растениях. Формирование чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Оборудование:

Аудиопроигрыватель , диск с записью мелодии «Чунга- Чанга» , плакаты: ядовитые , лекарственные и редкие растения, Красная книга природы,

России и Краснодарского края, костюмы для детей: Волк,Красная шапочка, Мойдодыр, Грязнуля, Микробы, Ромашка, Травяная ведьма, Ягодная ведьма, мальчик-крепыш, спортсмен.

Дорогие ребята, уважаемые гости, Здравствуйте! Когда мы говорим «Здравствуйте», мы не просто приветствуем друг друга. Мы желаем друг другу здоровья. Правильно? Давайте и вы ребята: улыбнитесь друг другу, пожмите руку и скажите «Здравствуй». Молодцы, а теперь присаживайтесь, занимайте места, согласно купленным билетам.

Воспитатель: Итак, наше занятие сегодня – это игра. Игра – путешествие «Дорога к доброму здоровью». Мы проедем дорогой здоровья, и на каждой из станций будем получать новые знания или же закреплять то, что мы уже знаем о том, что же нам нужно делать для того, чтобы быть здоровыми.

Народная пословица гласит: «Деньги потерял - ничего не потерял. Время потерял – ничего не потерял. Здоровье потерял – все потерял. Здоровье - высшая человеческая ценность. Это важнейший фактор работоспособности и гармонического развития человеческого, а особенно детского организма. Это главное богатство человека. К сожалению, не все это понимают, но все хотят как можно дольше сохранить подвижность, энергию и долголетие. Но чтобы все это сохранить, здоровье нужно беречь смолоду, заботится о нем. И так как занятие у нас сегодня необычное, я предлагаю вам отправиться в путешествие по стране «Здоровье». Путь наш нелегкий, но знания, которые у нас уже есть, помогут нам справиться с препятствиями. Итак: в путь мы отправимся на поезде, а поведет его Мойдодыр.

МОЙДОДЫР: Все Чуковского читали

И меня давно узнали

Я – великий умывальник

Знаменитый Мойдодыр

Умывальников начальник

И мочалок командир.

И первая наша станция «Чистюлино»

Мойдодыр:

В вашем классе я живу

Уже который год.

Откровенно вам скажу:

Славный вы народ!

Никогда у вас ребята

Не едят немытых ягод,

Чистят зубы, моют уши…

(Грязнуля вылезает из – под стола и тянет одного из детей в свою сторону)

Лучше ты меня послушай,

Я живу и бед не знаю,

Мыло в глаз не попадает,

Щетка десны не дерет,

Губка мокрая не трет.

Огурцы, морковь не мою,

Хочешь, друг, пойдем со мною!

Мойдодыр:

Не ходи ты с ней, не пробуй!

Загрызут тебя микробы!

(Выскакивают микробы и исполняется песня-танец на мелодию песни «Чунга-Чанга»):

Мы – микробы, весело живем,

Мы – микробы, песенку поем,

Мы – микробы, очень любим грязь,

Мы – микробы, ненавидим вас.

Всех, кто любит умываться,

Сам умеет причесаться,

Руки мыть и чистить зубы, –

Мы не любим!

А нерях, грязнуль, лентяев,

Неумытых разгильдяев

Очень любим,

Очень любим,

Очень любим!)

(Грязнуля плачет и протягивает к ребятам руки).

Микробы: Какая девочка! Какая славненькая, какая хорошенькая! Какая вся грязненькая!

Мойдодыр: Что ж, поможем ей, друзья?  
Ведь бросать в беде нельзя.

Воспитатель: Ребята, давайте поможем Грязнуле. Чтобы ее спасти, нам нужно отгадать загадки.

Слушайте внимательно, думайте старательно!

1. Железный ежик

С резиновой кожей,

Вниз иголками идет,

Иглами траву гребет….(расческа)

2. До чего ж приятно это!

Дождик теплый подогретый

На полу не видно луж

Все ребята любят …..(душ)

3.Ей спины моей не жалко,

С мылом трет меня….(мочалка)

4.Чтобы долго быть зубастым,

Чистить зубы надо…(пастой)

5.Ускользает как живое

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится – руки мыть не ленится…(мыло)

Воспитатель: Итак, что же происходит с микробами, разносчиками разных опасных болезней, если часто пользоваться такими простыми средствами гигиены, как вода и мыло?

(все дети хором)

От простой воды и мыла у микробов тают силы.

(Микробы убегают)

Мойдодыр:

Нам тебя, Грязнуля, жалко.

Дарим мыло и мочалку.

Грязнуля:

Спасибо тебе, Мойдодыр,

Я пойду, лицо умою.

(Оглядывает свой наряд)  
Платье, что ли, постирать?

Мойдодыр:

Постирай его скорее, может, все-таки успеешь

Ты на праздник в классе нашем.

А мы отправляемся дальше и следующая станция

^ СТАНЦИЯ "ЯГОДНАЯ"

(На лавочке сидит Ягодная ведьма и держит корзиночку. Она протягивает ее ребятам.)

Ягодная ведьма:

Как же я вам рада!

Слаще шоколада

И вкусней, чем ананас,

Эти ягоды для вас!

(Выскакивает Земляничка, отнимает у нее корзинку.)

Земляничка:

Не сошла ли ты с ума?

У тебя здесь бузина!

Да еще и белладонна!

Гибель ты несешь в ладонях!

Убери свою корзинку!

(Возвращает ее ведьме.)

Посмотрите на картинку.

Эти ягоды, друзья,

Собирать в лесу нельзя!

В каждой яд опасный есть.

Если их однажды съесть,

Можно сильно отравиться,

И придется вам лечиться.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, нам всем знакомы эти ягоды (волчье лыко, бересклет бородавчатый, бирючина обыкновенная) Эти привлекательные на вид ягоды очень опасны для здоровья. Волчье лыко вызывает сильнейший ожог, а попав в организм, вызывает судороги, рвоту, повышение температуры. Волчье лыко избегают даже животные, настолько опасно это растение. Бирючина обыкновенная листьями и цветками напоминает сирень, а плодами – черемуху, но есть эти ягоды нельзя, они очень ядовиты. Бресклет бородавчатый мы часто встречаем, когда ходим на прогулку. Помните это растение – ядовито!

Дети выходят к доске с подготовленными сообщениями.

(Вороний глаз: При отравлении появляется тошнота, кружится голова, начинаются судороги)

(Паслен; наземные плоды картофеля тоже очень ядовиты т.к. содержат яд, вызывающий тяжесть в голове, головокружение, слабость.

Молодцы, ребята.

^ СТАНЦИЯ "РАСТЯПИНО"

(Ребят встречает Красная Шапочка)

Красная Шапочка:

Все, как было в старой книжке.

Повстречался мне Волчишка.

Он про Бабушку проведал,

Нас решил перехитрить…

А пришлось его лечить. (Волк воет.)

Хоть и злой, а жаль беднягу!

Побежал он по оврагам,

Там за корень зацепился,

Поскользнулся, повалился,

И теперь он инвалид!

Волк:

У меня нога болит!

Я раскаиваюсь горько! (Плачет.)

Обещаю: никогда

Я не сделаю вреда.

Есть я бабушек не буду,

И скажу я всем и всюду:

Коль собрался ты идти,

Будь внимателен в пути!

(Бабушка берет вату и жидкость, окрашенную под цвет йода. Хочет намазать Волку царапину на "лапе". Он отдергивает "лапу".)

Убери скорее йод!

Так болячка заживет!

Бабушка:

Как не стыдно!

Трус – Волчишка!

Все девчонки и мальчишки

Знают с ранних детских лет:

Там микробам хода нет,

Где, как стражник, у ворот

Их встречает грозный йод.

Чуть пощиплет – не беда!

Заживет-то навсегда! (Мажет Волка.)

Красная Шапочка: Что ж, в порядке все? Пойдем? (Волк встает и с воплем хватается за другую ногу.) Может, это перелом?

Бабушка:

Это нам в больнице скажут.

Шины мы пока привяжем,

Чтобы кости укрепить

И в дороге не сместить.

Бабушка бинтует волку лапу.

Воспитатель : Ребята, шины накладываются при вывихе или переломе ноги. Для того чтобы наложить шины, берем две плоские дощечки и привязываем их к голени выше коленного и ниже голеностопного суставов с наружной и внутренней стороны ноги. При этом под дощечки подкладывается вата. Дощечки плотно прилегают к ноге и фиксируются бинтом.

Учитель: Ну, теперь, друзья, идите,

Только под ноги глядите!

Станция «Зарядкино»

Спортсмен:

Со здоровьем дружен спорт.

Стадион, бассейны, корт,

Зал, каток: Везде вам рады.

За старание в награду

Будут кубки и рекорды

Станут мышцы ваши тверды,

Только помните: спортсмены

Каждый день свой непременно

Начинают с физзарядки.

Не играйте с дремой в прятки,

Быстро сбросьте одеяло

Встали – сна как не бывало.

Мы поучимся зарядке

У всех зверушек по порядку

1 Гордо маршируют пони,

Пони – маленькие кони.

2 « Го-го-го», - гогочет гусь, -

«Быстро в небо поднимусь!»

3 Взгляд налево, взгляд направо

Шея будто у жирафа.

4 Мы присядем, мы нагнемся,

Как мартышки разомнемся!

5 Потянулась мягко рысь…

Ну – ка, спинка, распрямись!

Молодцы! И вот так- каждое утро!

Спасибо, тебе, спортсмен, а мы отправляемся дальше.

СТАНЦИЯ "КРЕПЫШКИНО"

(На траве спиной друг к другу сидят два мальчика. Один чихает, другой кашляет.

Рядом стоит Мальчик-Крепыш.)

Мальчик-Крепыш:

Говорил я им зимой:

Закалялись бы со мной!

Утром бег и душ бодрящий,

Как для взрослых, настоящий!

На ночь – окна открывать,

Свежим воздухом дышать,

И тогда микроб голодный

Вас вовек не одолеет…

Не послушались, болеют…

Мальчики (вместе):

Поздно поняли мы, братцы,

Как полезно закаляться.

Кончим кашлять и чихать,

Станем душ мы принимать!

Мальчик-Крепыш: Погодите!

Крепким стать никак нельзя мгновенно.

Закалятся начинать нужно постепенно !

Кто из вас, ребята, знает,

Что закалке помогает,

И полезно знать всегда

Дети:

Солнце, воздух и вода.

Крепыш:

Чтоб расти и закалятся,

Будем спортом заниматься

Закаляйся, детвора,

В добрый путь! Физкульт-ура!

Наш путь продолжается и следующая наша станция

^ СТАНЦИЯ "РОМАШКИНО"

(Ромашка сидит с букетом лекарственных растений.)

Ромашка:

Много трав растет полезных

На земле страны родной.

Могут справиться с болезнью

Мята, пижма, зверобой.

Травяная ведьма:

Я хочу тебе, дружок,

Дать в букет еще цветок.

Ромашка:

Разгадала твой обман!

Посмотрите, вот дурман –

Ядовитая трава.

Разболелась голова

От подарка твоего.

Забирай назад его!

Учитель: Ох уж эта травяная ведьма!То гриб ядовитый подсунет, то траву несъедобную. Посмотрите, ребята на эти растения: Лютик, ландыш, цикута, схожий с цикутой - болиголов – все это ядовитые растения. При отравлении появляется рвота, судороги, потеря сознания, а при отравлении цикутой может быть смертельный исход. Никогда не рвите и не ешьте эти растения!

(Снова появляется Травяная ведьма.)

Травяная ведьма:

Я одумалась, ребята.

Лучше вместе в лес пойдем,

Соберем шалфей и мяту,

Нежных ландышей нарвем.

Дома их поставим в вазу…. (Протягивает пучок дурмана)

Ромашка: Поняла я, братцы, сразу, хитрый замысел ее. (Загораживает ребят от ведьмы.) Нет, с тобой мы не пойдем! (Травяная ведьма грозит Ромашке кулаком и убегает.)

Мы растенья эти знаем,

Бережем и охраняем

От таких лихих, как эта,

Собирательниц букетов:

В книгу Красную они

Уж давно занесены.

Мы их рвем не на потеху,

Отнесем мы их в аптеку.

Из даров лесного царства

Люди делают лекарства.

Воспитатель: Ребята, а кто знает, что такое Красная книга природы?

Ответ: в эту книгу заносят редкие виды растений и животных. Занесенных в нее представителей природы нужно охранять особенно бережно.

Станция «Творческая» А сейчас я предлагаю собрать ромашку здоровья.

Вот здесь, на доске вы видите сердцевину ромашки. Представьте себе, что это ваше здоровье. К сердцевине ромашки вы должны прикрепить лепестки – это правила, которые мы должны выполнять, чтобы быть здоровыми

Желающие по одному выходят и прикрепляют лепестки.

Молодцы, ребята, я вижу, вы хорошо знаете правила ЗОЖ.

Мойдодыр

Да кто ты, не пойму я!

Грязнуля:

Я бывшая Грязнуля.

Мне стало нынче ясно,

Что чистой быть прекрасно!

МОЙДОДЫР:

Да я вижу, ты отмылась ,

И как сразу изменилась!

Что же, бывшую Грязнулю

Будем называть Чистюлей (Обращается к ней.)

И по такому случаю

Тебе мы поручаем, раздать призы. Вручай им!

(Чистюля вручает призы.)

Воспитатель: Вот и закончилось наше путешествие. Скажите, ребята, вам понравилось занятие?

Что нового вы узнали на занятии?

Молодцы, ребята.

Чтоб счастливо и долго жить,

Встречать закаты и рассветы.

Здоровьем надо дорожить-

Здоровье всех важней на свете!

Мы рождены - чтоб жить на свете долго.

Грустить и петь, смеяться и любить.

Но чтобы все мечты стали возможны,

Должны мы все здоровье сохранить..

Спасибо, ребята, за игру. Я думаю, вы запомните все, что узнали, и в дальнейшем будете не только помнить, но и соблюдать правила ЗОЖ.

Заканчивая свое мероприятие, я от всей души хочу пожелать и вам, ребята, и нашим уважаемым гостям: Будьте здоровы! Берегите себя и своих близких, всего вам доброго!

Источник: журнал «Педсовет», «Начальная школа», «Играем вместе».