

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
ОКТЯБРЬСКОГО РАЙОНА Г. СТАВРОПОЛЯ

**Методическая разработка:
игра "Хочу быть здоровым!"**

Разработала:
педагог дополнительного
образования

Гайдар Н.Н.

Ставрополь, 2020

Игра: "Хочу быть здоровым!"

Разработана для обучающихся объединения «Фантазия», для детей 7-11 лет.

Цель:

пропаганда здорового образа жизни, формирование устойчивого интереса к занятиям спортом.

Задачи:

- обобщить знания детей о здоровом образе жизни;
- развивать стремление ребенка сохранять своё здоровье;
- развивать кругозор и словарный запас;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
- воспитывать чувства взаимопомощи и взаимовыручки.

Раздаточный материал:

- карточки со словами для составления поговорок, пословиц;
- картинки с ответами на загадки.

Оборудование: ПК, проектор, экран.

В викторине принимают участие две команды. Право первого хода разыгрывается по жребию. При правильном ответе на вопрос команда получает 1 балл, при неправильном – право ответа переходит к соперникам.

Ход мероприятия

I. Введение.

- Здравствуйте, ребята!
- А задумывались ли вы, какой смысл имеет это слово?
- Словами «здравствуй, здравствуйте» люди приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. Здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет по-настоящему и работать, и учиться, и отдыхать.
- Давайте вспомним, что же входит в понятие здоровый образ жизни.

Предполагаемые ответы детей:

- соблюдение режима дня;
- выполнение правил личной гигиены;
- правильное питание;
- закаливание;
- отказ от вредных привычек.
- занятие физкультурой;

Учитель:

-Сегодня мы проведём викторину «Хочу быть здоровым!». И мне нужны честные, смелые, ловкие и умелые ребята, умеющие постоять за себя и друга в беде не оставить.

Итак, мы начинаем нашу викторину!

II. Конкурсы и задания.

Конкурс «Анаграммы»

Капитаны команд получают конверты с заданием, ручки. В конверте, на листке бумаги написаны в буквы разным порядке, из букв нужно собрать слово, связанное со здоровьем.

Кто быстрее?

ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура

ДКАЗАРЯ – зарядка

ЛКАЗАКА – закалка

ЕНГИАГИ – гигиена

ЛКАПРОГУ – прогулка

АВДО – вода

Конкурс «Ребусы»

Капитаны получают листочки с ребусами. Команды обсуждают, записывают ответы и передают в жюри. (Слова: гимнастика, бег, хоккей, биатлон, мяч, мат).

В этом виде спорта выполняют различные акробатические упражнения на спортивных снарядах.

ГИМН



КА

(Гимнастика)

Самый старый вид спорта, в котором победителем становится тот, кто первым пересечет финишную черту.



(Бег)

Спортивная командная игра на ледовом или травяном поле, в которой мяч или шайба специальными клюшками забивается в ворота противника.



”



””



(Хоккей)

Гонки на лыжах со стрельбой из винтовки.



””””



”



”””

(Биатлон.)

Он может быть сделан из резины или пробки, сплетен из ниток, обшит кожей.
Его можно бросать, передавать, вести в любом направлении.



(Мяч)

Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка.



(Матра)

Конкурс «Загадки – помощники гигиены»

Соблюдение здорового образа жизни неразрывно связано с правилами гигиены. А в соблюдении правил гигиены нашими помощниками могут быть, кто вы узнаете, отгадав загадки и нарисовав отгадки.

Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным.

Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю

Ответ: Зарядку

Мною можно умыться.
Я умею проливаться.
В кранах я живу всегда.
Ну, конечно, я —

Ответ: Вода

Говорит дорожка,
Два вышитых конца:
— Помойся хоть немножко,
Чернила смой с лица.
Иначе очень быстро,
Испачкаешь меня.

Ответ: Полотенце

Хвостик из кости,
А на спинке – щетинка.

Ответ: Зубная щётка

Мойдодыру я родня.
Отверни-ка ты меня.
И холодной водою
Живо я тебя умою.

Ответ: Кран

Ускользает как живое,
Очень юркое такое.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.

Ответ: Мыло

Белое корыто
К полу прибито.

Ответ: Ванна

Стоит Парашка –
Держит чашку,
Голову склонила,
Носик опустила,
А из носика струится
В чашку чистая водица.

Ответ: Умывальник

Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке.
И пока она гуляла,
Спинка розовою стала.

Ответ: Губка

Вафельное и полосатое,
Ворсистое и мохнатое,
Всегда под рукою -
Что это такое?

Ответ: Полотенце

Зубастая пила
В лес густой пошла.
Весь лес обходила,
Ничего не спилила.

Ответ: Расческа

Лег в карман и караулю –

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слез,

Не забуду и про нос.

Ответ: Носовой платок

Конкурс «Пословицы и поговорки о ЗОЖ»

-Капитаны команд получают конверты, на листочках записано начало пословицы или поговорки о ЗОЖ. Задача участников команд - дописать в скобках слово, подходящее по смыслу.

Закаляй свое тело с пользой для... (дела). Холода не бойся, сам по пояс ... (мойся). Кто спортом занимается, тот силы... (набирается). В здоровом теле здоровый... (дух). Солнце, воздух и вода - наши верные... (друзья). Пешком ходить — долго... (жить). Отдай спорту время, а взамен получи... (здоровье).

Конкурс «Витамины»

Витамины нам полезны,

Это точно знаю.

Только их не из таблеток

Я употребляю.

Получаю их из пищи

Вкусной и полезной.

Где же спрячутся они?

Очень интересно.

Объясняет мама мне

Они спрячутся везде.

Ты из фруктов, овощей,

Получай их поскорей.

Следующее задание викторины посвящено витаминам.

На экране появляются загадки, команды по очереди отгадывают их, если ответ правильный, на экране высвечивается соответствующая картинка.

Сто одежек, и все без застежек. (Капуста)



(витамины группы В)

2. В огороде жёлтый мяч,
Только не бежит он вскачь,
Он как полная луна.
Вкусные в нем семена. (**Тыква**)



(витамины С, А, Е, К)

3. Никого не огорчаю,
Но всех плакать заставляю. (**Лук**)



(витамины С, К, РР, В)

4. Красна девица сидит в темнице, а коса на улице. (Морковь)



(витамины С, А, Е, К, В)

5. Маленький и горький, луку брат. (Чеснок)



(витамины С, В1, В2, В3, В6, В9, Е, D и РР)

6. Первое – нота, второе – то же,
А целое – на боб похоже. (Фасоль)



(витамины С, А, Е, В)

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ.

Я желаю вам, ребята,
Быть здоровыми всегда,
Но добиться результата
Не возможно без труда.
Постарайтесь не лениться,
Каждый раз перед едой
Прежде чем за стол садиться,
Руки вымойте водой.
И зарядкой занимайтесь
Ежедневно по утрам.
И конечно закаляйтесь,
Это так поможет вам.
Свежим воздухом дышите
По возможности всегда,
На прогулки в лес ходите
Он вам силы даст, друзья.