

## **ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВО: обучение, развитие, управление талантами**

*Орлова Наталия Владимировна,*

*Кононова Елена Николаевна,*

*педагоги дополнительного образования,*

*МБОУ «ЦО «Перспектива»*

### **ИГРА-ВИКТОРИНА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**

**Аннотация:** здоровый образ жизни — это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей. Поэтому одним из приоритетных направлений в дополнительном образовании является приобщение учащихся к здоровому образу жизни.

**Ключевые слова:** здоровье, витамины.

**Педагог:** - Ребята, я предлагаю вам принять участие в игре – викторине «Наше здоровье в наших руках», посвящённой здоровому образу жизни.

**Педагог:** – А кто скажет, что значит здоровый образ жизни? (*Ответы обучающихся: - Это соблюдение всех правил, норм для поддержания хорошего здоровья*).

**Педагог:** – Давайте разделимся на 2 команды: «Нехворайка» и «Крепыш».

#### **Конкурс «Анаграммы»**

**Педагог:** – Сейчас мы с вами закрепим понятия, которые связаны со здоровым образом жизни. Нужно собрать слово, связанное со здоровьем. Первая команда получает 3 балла. Кто быстрее?

**ДКАЗАРЯ – зарядка**

**ЛКАЗАКА – закалка**

**ЕНГИАГИ – гигиена**

**ЛКАПРОГУ – прогулка**

#### **Конкурс «Загадки»**

**Педагог:** – Соблюдение здорового образа жизни неразрывно связано с правилами гигиены. А в соблюдении правил гигиены нашими помощниками

## ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВО: обучение, развитие, управление талантами

могут быть, кто – вы узнаете, отгадав загадки и показав отгадки. За правильный ответ команда получает балл.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне:

Пусть отмоет руки мне (*мыло*)

Костяная спинка,

Жесткая щетинка.

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит (*зубная щетка*)

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей (*расческа*)

Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? (*полотенце*)

### **Конкурс «Конкурс капитанов»**

**Педагог:** - за правильный ответ капитан получает балл.

1. Какие «опасные» подарки солнца мы можем получить? (*ожоги*)

2. Что за лекарство, которое слушают? (*музыка*)

3. Прибор, с помощью которого измеряют температуру тела? (*градусник*)

4. Зелёный раствор, употребляемый для смазывания ран? (*зелёнка*)

5. Горькой бывает, сладкой бывает, но охают дети, её запивая? (*микстура*)

6. Стоит он в баночке, коричневым, пахучий, а на коленях и локтях он жёлтый и щипучий? (*йод*)

### **Витамины**

## **ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВО: обучение, развитие, управление талантами**

**Педагог:** – Добрый повар стоит доктора. Как говорят, если отец болезни не известен, то мать ее всегда – питание.

**Педагог:** – Ребята, вы знаете, что ягоды, фрукты и овощи – основные источники витаминов и минералов. Большинство витаминов поступает в наш организм только с пищей. Вот почему ягоды, овощи и фрукты должны быть в вашем рационе регулярно.

**Педагог:** – Задание командам: определить, о каких витаминах идет речь. За каждый правильный ответ команда получает один балл.

**Витамин «?»** - это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам хорошо видеть, сохранить зрение. Найти его можно в молоке, моркови, зеленом луке  
(*Ответы обучающихся: витамин А*)

**Витамин «?»** - прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах.

«Во саду ли, в огороде вы меня найдете. А кто летом в лес пойдет, тот нас в корзинке принесет!» (*Ответы обучающихся: витамин С*)

**Витамин «?»** сохраняет наши зубы. Без него зубы человека становятся хрупкими, мягкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем его. (*Ответы обучающихся: витамин D*)

**Подведение итогов, объявление победителей.**

### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

1. Шорыгина Т.А. *Беседы о здоровье: Методическое пособие.* – М.: ТЦ Сфера, 2012.
2. Володькова Л.Г. *Мы вместе! – Великий Новгород: МАОУ ПКС «ИОМКР», 2013.*
3. Степанова О.А. *Игра и оздоровительная работа в школе.* – Москва ООО «ТЦ Сфера», 2004. – ISBN 5-89144-323-6. – 144 с.