

Сценарий игры-путешествия «Город здоровья»

Внеклассное мероприятие для школьников на тему: **Здоровый образ жизни**



Описание материала: В ходе игры-путешествия учащиеся переходят от одного пункта к другому согласно маршрутному листу и на каждом этапе выполняют конкретное задание. Оценка за выполнение задания будет выставляться на маршрутных листах. Материал направлен на актуализацию темы здоровья, здорового образа жизни, ответственного поведения, повышение уровня культуры заботы о здоровье.

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- формировать ответственность за состояние своего здоровья;
- развивать у детей внимательное отношение к своему здоровью, творческие способности, умение работать в коллективе;
- воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Форма: игра-путешествие.

Оборудование: спортивный инвентарь; маршрутные листы; карточки с заданиями;

Предварительная работа:

Формируются команды. Учащиеся придумывают название команд.

Участники: учащиеся старших классов

Ход игры

1. Построение команд. Учащиеся говорят название и девиз своей команды.
2. Вручение маршрутных листов.

3. Объяснение хода игры:

Ведущий. Сегодня мы проводим игру-путешествие «Город здоровья». Путешествуя по городу, вы пройдете по улицам, площадям, переулкам, бульварам, проспектам нашего города. Таким образом, мы выясним, какая команда у нас самая быстрая, ловкая, сильная. И проверим, какая команда самая спортивная, любит заниматься спортом, и самая дружная, проверим согласованность ваших действий, сообразительность. Оценка за выполнение будет выставляться на маршрутных листах. Выигрывает та команда, которая наберет наибольшее количество баллов. На выполнение задание и переход от пункта к пункту дается 7 минут. По звонку вы должны перейти на этап, который указан в маршрутном листе, даже если вы не выполнили задание до конца. Итак, всем командам желаю с хорошим настроением отправиться в путешествие по «городу здоровья»!

4. Путешествие по «Городу Здоровья»

Пункт «Стадион»

Содержание задания: принять участие в спортивной эстафете.

Критерии оценки: скорость, правильность выполнения, вера в победу.

Спортивная эстафета

Эстафета 1 «НЕОБЫЧНАЯ БЕГОВАЯ»

Инвентарь: скакалки по количеству команд.

Подготовка: команды выстраиваются за линией старта, первые игроки со скакалкой.

Содержание и ход эстафеты: по сигналу руководителя первые бегут через скакалку до конуса, оббегает её и возвращается обратно обычным бегом, передавая скакалку следующему участнику за линией старта, который, в свою очередь повторяют задание.

Правила:

1. Бежать надо, перепрыгивая через скакалку.
2. Оббегать кеглю нужно обязательно.
3. Побеждает команда, которая первой и без ошибок выполнила задание.

Эстафета 2 «КАНАДСКИЙ ХОККЕЙ»

Инвентарь: клюшки и мячи по количеству команд.

Подготовка: команды выстраиваются за линией старта в колонны. В руках у первых игроков в колоннах клюшка и мяч.

Содержание и ход эстафеты: по сигналу руководителя первый игрок начинает вести мяч, обводя фишки змейкой, обходит конус и возвращается таким же способом, передавая клюшку и мяч следующему участнику.

Правила:

1. Обводить надо каждую фишку.
2. Передавать клюшку и мяч можно только указанным способом.
3. Побеждает команда, которая допустила меньше ошибок и первой выполнила задание.



Эстафета 3 «ЭСТАФЕТА ДРУЗЕЙ»

Инвентарь: волейбольные мячи по количеству команд.

Подготовка: команды выстраиваются за линией старта парами, первая пара держит мяч плечами.

Содержание и ход эстафеты: по сигналу руководителя первая пара начинает бег обходит конус и возвращается таким же способом, передавая мяч следующей паре.

Правила:

1. Потеряли мяч, зажали плечами и продолжаем задание.
2. Мяч руками не держать, конус обегать.
3. Побеждает команда, которая меньше раз потеряла мяч и первой выполнила задание.

Эстафета 4 «ЛОВКОСТЬ НОГ»

Инвентарь: два обруча и три мяча для каждой команды.

Подготовка: игроки каждой команды садятся на пол в одну шеренгу, с одной стороны обруч, в котором лежат три мяча, с другой стороны обруч.

Содержание и ход эстафеты: по сигналу руководителя первый игрок берет один мяч ногами, разворачивается на 180°, и передает следующему игроку, который принимает тоже ногами, разворачивается, передавая следующему и т. д. последний кладет мяч в пустой обруч. Первый участник, как только передаст один мяч, начинает передачу следующего мяча и следующего. Эстафета заканчивается, когда все три мяча окажутся в противоположном обруче.

Правила:

1. Руками не помогать, передавать только ногами.
2. Побеждает команда, которая меньше раз ошиблась и первой выполнила задание.

Эстафета 5 «В ОДНОЙ СВЯЗКЕ»

Инвентарь: не требуется.

Подготовка: команды выстраиваются за линией старта парами, боком по направлению к движению, спиной друг к другу, взявшись под руки.

Содержание и ход эстафеты: по сигналу руководителя первая пара начинает бег приставными шагами обходит конус и возвращается таким же способом, передавая эстафету следующей паре.

Правила:

1. Передвигаться только заданным способом.

2. Руки не расцеплять, обегать обязательно конус.
3. Побеждает команда, которая первой выполнила задание.

Пункт «Дом знатоков»

Содержание задания: ответить на вопросы, собрать пословицы (текст пословицы разделен на 2 части, необходимо сложить 2 нужные части).

Критерии оценки: эрудиция, кругозор, логика.

Вопросы:

1. Кто предупреждает курильщиков о вреде курения? (*Минздрав*)
2. Какой орган поражается у курильщиков прежде всего? (*Легкие*)
3. Самая опасная болезнь 21 века. (*СПИД*)
4. Его капля убивает лошадь. (*Никотин*)
5. Слабоалкогольный напиток, который многие люди считают безвредным. (*Пиво*)
6. Какой цвет зубов у курильщиков? (*Желтый*)
7. Кто может заразить человека бешенством? (*Животные: собаки, кошки, лисы и др.*)

Пословицы:

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.

Крепок телом – богат и делом.

Пешком ходить – долго жить.

Со спортом не дружишь – не раз о том потужишь.

Смолоду закалишься – на весь век сгодишься.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с зарядки.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда!

Паруса да снасти – у спортсменов во власти!

И смекалка нужна, и закалка важна!



Пункт «Проспект художников»

Содержание задания: расположить на макете силуэта человека рисунки органов на свои места.

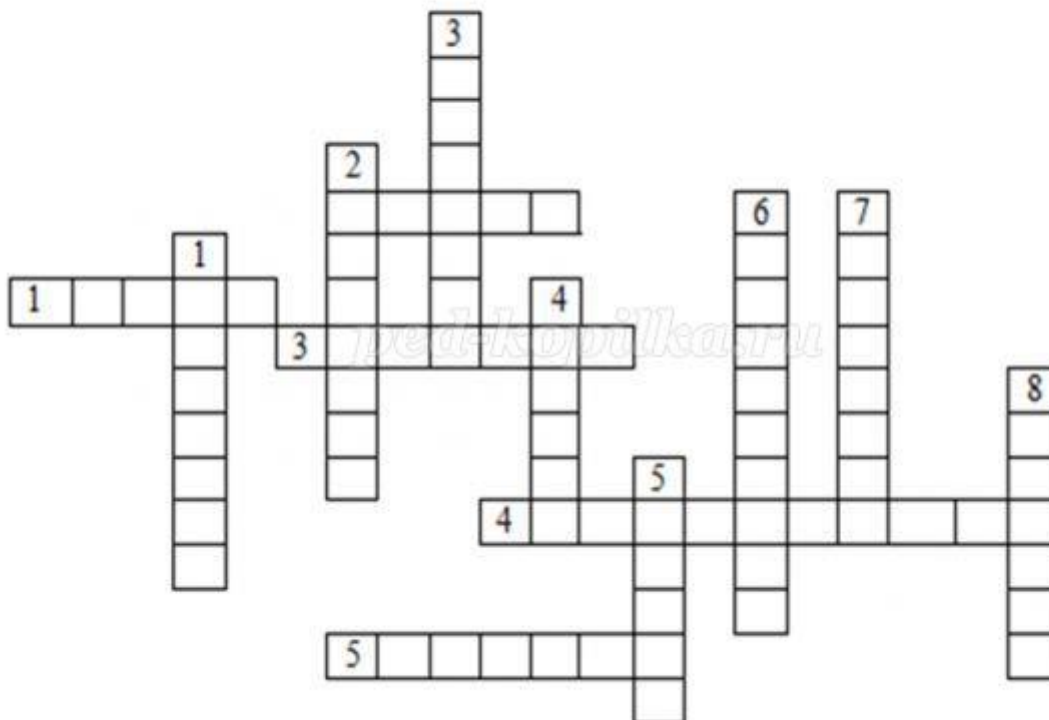
Критерии оценки: точность, аккуратность.

Пункт «Переулок «Кроссвордный»

Содержание задания: разгадать кроссворд.

Критерии оценки: знания, сообразительность.

Кроссворд «Здоровье»



ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Вещества, необходимые для укрепления организма. (*витамины*)
2. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь. (*здоровье*)
3. То, к чему приводит систематическое переедание. (*ожирение*)
4. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин. (*ангина*)
5. Растирание тела для лечебных целей. (*массаж*)
6. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева. (*гимнастика*)
7. Любимое лекарство доктора Пилюлькина. (*микстура*)
8. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания. (*курение*)

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Медицинский инструмент для инъекций. (*шприц*)
2. На ней сидят, чтобы похудеть. (*диета*)
3. Состояние организма в инфекционный период. (*болезнь*)
4. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма. (*закаливание*)
5. ... - залог здоровья. (*чистота*)

Пункт «Улица «Литературная»

Содержание задания: сочинить буриме.

Критерии оценки: литературные данные, быстрота реакции.

Буриме

.....с зарядки,
..... в порядке.
.....всегда,
.....холода.

.....с физкультурой,
.....хмурым.
.....здоров,
.....докторов.

.....любить,
..... быть.
..... закаляться:
..... обливаться.

..... – табак.
..... так.
..... береги
..... беги.

Пример составления буриме

Если день начать *с зарядки*,
Значит будет все *в порядке*.
Здоровы будем мы *всегда*,
Не страшны нам *холода*.
Если дружишь *с физкультурой*,
Никогда не будешь *хмурым*.
Будешь весел и *здоров*,
Знать не будешь *докторов*.
Каждый должен спорт *любить*,
Чтоб здоровым, сильным *быть*.
С детства нужно *закаляться*:
Водой холодной *обливаться*.
Злейший враг людей – *табак*.
Убивает только *так*.
Здоровье с детства *береги*
И в спортзал скорей *беги*.

5.Сбор в стартовом пункте.

6.Построение команд. Награждение команд победителей.

7.Награждение по номинациям.

Примерные номинации для награждения

1.Самое оригинальное стихотворение

2.Знатоки здорового образа жизни

4.Самые смекалистые

5.Оригинальное художественное исполнение

7.Умники и умницы

9.Самая спортивная команда



