

Районная познавательно – оздоровительная игра

«Быть здоровым – это модно!»

Методическая разработка

Составитель: Королева Галина Александровна

методист, педагог дополнительного образования

АННОТАЦИЯ

Критическое ухудшение здоровья детей и подростков, всего населения – одна из основных проблем современного общества, что не может не затронуть и систему образования. Установка на здоровый образ жизни, как известно, не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия. В данной методической разработке показан один из путей воздействия на детей младшего школьного возраста с целью формирования здорового образа жизни.

Данная разработка предназначена для педагогов дополнительного образования, социальных педагогов, педагогов-организаторов и классных руководителей. Форма проведения – познавательно-оздоровительная игра – мотивирует детей младшего школьного возраста формировать культуру здорового образа жизни, быть в этом процессе самостоятельными и активными.

СОДЕРЖАНИЕ

I. ВВЕДЕНИЕ.....	4
II. РАЙОННАЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ИГРА «БЫТЬ ЗДОРОВЫМ – ЭТО МОДНО!»	
1.1. Цель и задачи.....	6
1.2. Концептуальные подходы.....	6
1.3. Содержание районной познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно!».....	10
1.4. Правила игры.....	13
1.5. Сценарий районной познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно».....	14
1.6. Достигнутые результаты.....	20
III. ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	22
IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	23
V. ПРИЛОЖЕНИЯ	

ВВЕДЕНИЕ

«Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам»
Сократ

Критическое ухудшение здоровья детей и подростков, всего населения – одна из основных проблем современного общества, что не может не затронуть систему образования. Сложившаяся ситуация является следствием влияния многих неблагоприятных социально-экономических факторов, итогом нерешенных педагогических проблем в области сохранения и укрепления здоровья школьников, педагогов, родителей. В последние десятилетия для России употребление несовершеннолетними и молодежью табака, алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу населению, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Все это приводит к ухудшению здоровья детей и молодежи. Поэтому **актуальность** данной методической разработки состоит в создании условий воздействия на детей младшего школьного возраста для формирования здорового образа жизни.

Новизна данной работы по сравнению со сценариями мероприятий для школьников, где упор делается на информировании обучающихся, в предлагаемой разработке используется игровой метод, что мотивирует обучающихся к активности, любознательности и самостоятельности. В отличие от сценариев внеклассных мероприятий по профилактике курения, наркомании и алкоголизма, где говорится о вредных привычках (то есть, чего делать нельзя), в данной разработке акцент делается на том, **что нужно делать**, что бы быть здоровыми.

Мы привыкли считать, что оздоровительные мероприятия – это выполнение физических упражнений и соблюдение норм гигиены. Однако в данной методической разработке оздоровительным эффектом является просвещение детей по вопросам здорового образа жизни, проходящее в игровой форме. Участие в данной игре позволяет создать условия для мотивации перевести полученные детьми знания о том, что нужно делать, чтобы сохранить и укрепить свое здоровье, в умения и навыки. Поэтому, **уникальность** представляемой методической разработки в том, что включение обучающихся в игровой процесс способствует воспитанию у детей интереса к здоровому образу жизни, потребности в двигательной активности, желанию быть здоровыми. Благодаря этому происходит раскрытие личностных способностей обучающихся в процессе игровой деятельности.

Тематика данной методической разработки выбрана не случайно, ведь ни для кого не секрет, что в последние годы, к сожалению, появляется все больше детей с различными хроническими заболеваниями. Также возрастает количество случаев опробования курения, алкоголя и наркотиков, начиная уже с младшего школьного возраста.

Поэтому, **цель** данной работы заключается в распространении опыта и оказании помощи педагогам дополнительного образования, социальным педагогам, педагогам-организаторам и классным руководителям в организации и проведении данного мероприятия, для расширения знаний обучающихся о культуре здорового образа жизни.

Данная методическая разработка может применяться как внеклассное мероприятие в общеобразовательных школах, включаться в систему оздоровительных мероприятий в летних оздоровительных лагерях, в организациях дополнительного образования.

Проведение познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно!» может являться как самостоятельным звеном в системе дополнительного образования, так и входить комплекс профилактических мероприятий по здоровому образу жизни образовательных учреждений.

II. РАЙОННАЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ИГРА «БЫТЬ ЗДОРОВЫМ – ЭТО МОДНО!»

1.1. Цель и задачи.

Цель: формирование у обучающихся представления о здоровом образе жизни и стремления к здоровому образу жизни.

Задачи:

Воспитательные:

1. формировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как важнейшей ценности;
2. воспитывать личную ответственность за свое поведение.

Обучающие:

1. формировать основы теоретических знаний, относящихся к сохранению и укреплению здоровья;
2. обучать основам практических умений, относящихся к сохранению и укреплению здоровья.

Развивающие:

1. развивать стремление (формировать мотивацию) к здоровому образу жизни;
2. развивать творческие способности обучающихся.

1.2. Концептуальные подходы.

В районной познавательно-оздоровительной игре «Быть здоровым – это модно!» применяются методики и подходы, помогающие обучающимся быть деятельными, активными, заинтересованными. В результате происходит развитие самостоятельности и самореализации обучающихся.

Так, при составлении данной методической разработки мы опирались на следующие технологии:

1. **Игровые технологии** (С.А. Шмаков, С.Ф. Занько, К. Гросс, Б. Н. Никитин, Л.А. Венгер, А.П. Усова, В.Н. Аванесова).

Наглядность и увлекательность игровых технологий позволяет легче и прочнее освоить материал. Наличие соревновательного компонента в игре помогает наилучшим образом закрепить освоенный материал. Усиливается мотивация к познавательной деятельности. Реализуется потребность обучающихся в самовыражении, осознании себя частью команды.

2. **Технологии группового обучения** (В.К. Дьяченко, И.Б. Первин)

При групповом обучении возрастает количество обучающихся, активно участвующих в учебном процессе. Обучающиеся учатся совместному решению задач, бесконфликтному общению, получают навыки сотворчества.

3. **Технологии личностно-ориентированного подхода** (И.С. Якиманская)

Данные технологии позволяют формировать субъектно-значимое постижение мира, наполненного для обучающегося личностными смыслами, ценностями, отношением, зафиксированными в его субъектном опыте. В

результате обучающиеся становятся более инициативными, самостоятельными.

4. *Технологии создания ситуации успеха* (Н.Е. Щуркова)

Применяя данные технологии, педагог поддерживает чувство собственного достоинства ребенка, повышает его самооценку. Обучающийся уверен в собственных силах, что позволяет свободно ориентироваться в техниках и успешно выполнять учебную задачу.

5. *Технологии коллективных творческих дел* (И.П. Волков, И.П. Иванов)

При использовании данных технологий происходит формирование потребности в познании, сознательного, увлеченного, действенного отношения к непосредственным источникам открытия мира: к книге, учению, различным средствам самообразования. Развиваются такие качества личности, как целеустремленность, настойчивость, наблюдательность и любознательность, творческое воображение, товарищеская взаимопомощь.

1.3. Содержание районной познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно!»

- 1. Тип:** познавательно – оздоровительная игра.
- 2. Форма:** игра-соревнование.
- 3. Место проведения:** актовый зал Дворца творчества детей и молодежи «Истоки» г. Сергиев Посад.
- 4. Условия, необходимые для реализации:**
 1. Наличие актового зала.
 2. 4 стола, стулья по количеству участников.
 3. Микрофоны;
 4. Аудио – колонки;
 5. Демонстрационная доска.
 6. Нарисованный «пирог», разрезанный на 12 частей.
 7. Карточки с названиями: «Правильное питание», «Рациональный режим дня», «Движение и спорт», «Визит к врачу», «Контроль эмоций», «Гигиена».
 8. Мешочек с красными, желтыми, синими и зелеными декоративными камешками по числу игроков.
 9. Карточки разных цветов (по числу команд).
 10. Фломастеры разных цветов (по числу команд).
 11. Листы бумаги.
 12. Карточки с пословицами (по числу команд)
 13. 10 малых мячей, 4 корзины
 14. Карточки с вопросами по медицине (по числу команд)
 15. Карточки с заданиями «Контроль эмоций»
 16. Наборы предметов (по числу команд): тазик, бутылка с водой, стаканчик с шампунем, несколько веток, нитка, лист бумаги.
 17. Карточки с буквами З,Д,О,Р,О,В,Ь,Е,А,К.
 18. Призы.
- 5. Цель учебно-воспитательной работы:**
формирование у обучающихся представления о здоровом образе жизни и стремления к здоровому образу жизни.
- 6. Основные задачи:**
Воспитательные:

1. формировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как важнейшей ценности;
2. воспитывать личную ответственность за свое поведение.

Обучающие:

1. формировать основы теоретических знаний, относящихся к сохранению и укреплению здоровья;
2. обучать основам практических умений, относящихся к сохранению и укреплению здоровья.

Развивающие:

1. развивать стремление (формировать мотивацию) к здоровому образу жизни;
2. развивать творческие способности обучающихся.

7. Игра затрагивает такие **области знаний**, как: «Правильное питание», «Рациональный режим дня», «Движение и спорт», «Визит к врачу», «Контроль эмоций», «Гигиена».

8. Возраст участников: 7-11 лет.

9. Игра предполагает **групповую форму** деятельности. К участию приглашаются учащиеся 1-4 классов образовательных учреждений Сергиево-Посадского муниципального района, а также дети летних оздоровительных лагерей дневного пребывания. В одной Игре могут участвовать обучающиеся только одного образовательного учреждения или одного оздоровительного лагеря дневного пребывания. Организуются команды в количестве 8-10 человек. В Игре участвует от 2 до 6 команд. Формирование команды осуществляет ведущий Игры перед ее началом. Возможно присутствие группы поддержки, в количестве 10 – 15 человек.

Результативность действия команд оценивается в баллах. Количество баллов, набранных каждой командой, решает призовое место участников встречи. Максимальное количество баллов, набранных командой за Игру, может быть 6.

10. Этапы игры.

Игра проводится в течение учебного года, с октября по июнь (включительно), включает в себя **3 этапа**:

I. Подготовительный:

Инструктивно – методические семинары для зам. директоров по воспитательной работе, организаторов и руководителей команд, педагогов дополнительного образования, социальных педагогов, педагогов-

организаторов – участников игры проводятся по согласованию не ранее 1 месяца до ее проведения МБОУ ДО ДТДМ «Истоки».

II. Основной:

Районная познавательно-оздоровительная игра «Быть здоровым – это модно!» проводится согласно учебному плану МБОУ ДО ДТДМ «Истоки»:

1. С обучающимися образовательных учреждений Сергиево-Посадского муниципального района:
 - 1 игра: октябрь-ноябрь;
 - 2 игра: декабрь;
 - 3 игра: январь-февраль;
 - 4 игра: март-апрель.
2. С детьми летних оздоровительных лагерей дневного пребывания:
 - 4 игры в течение июня (один раз в неделю)

III. Заключительный:

Подведение итогов Игры.

11. Краткое описание Игры:

Форма проведения: конкурсная программа, соревнования.

В Игре могут участвовать представители одного образовательного учреждения.

В начале каждой Игры ведущий формирует команды путем жеребьёвки.

Каждая Игра имеет шесть основных этапов-заданий. Каждое задание – тематическое, связанное с одним из аспектов здорового образа жизни. Задания выполняются всей командой, либо выбирается по одному участнику от команды.

После выполнения задания выигравшая команда получает зачетный балл. Ведущий имеет право давать зачетный балл за одно задание нескольким командам, если у них одинаковый лучший результат.

Тематика заданий, предлагаемых в Игре:

Задание 1 «Правильное питание».

Задание 2 «Рациональный режим дня».

Задание 3 «Движение и спорт».

Задание 4 «Визит к врачу».

Задание 5 «Контроль эмоций».

Задание 6 «Гигиена».

Ведущий и его помощники оценивают правильность выполнения заданий и определяют победителя Игры.

Продолжительность одной Игры зависит от выполнения каждой из команд игровых заданий.

Участники и победители Игры награждаются призами.

На Игре ведется фото- и видеосъемка (по предварительной договоренности с руководителем объединения) обучающимися творческого объединения «Юный оператор и монтажер» ДТДМ «Истоки» для дальнейшего использования данного материала в создании очередного выпуска молодежной программы «Лестница», которая выходит в эфир на ТРК «Радонежье» и ТК «Тонус».

С итогами проведения, фотоматериалами и положением каждой Игры можно ознакомиться на сайте ДТДМ «Истоки» dtdm_istoki@bk.ru.

Ожидаемые результаты:

- будет сформировано ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как важнейшей ценности;
- будет воспитана личная ответственность за свое поведение;
- будут сформированы основы теоретических знаний и практических умений, относящихся к сохранению и укреплению здоровья;
- будет сформирована мотивация к здоровому образу жизни;
- будут развиваться творческие способности обучающихся.

Кадровое обеспечение программы.

Автор-составитель и ведущий программы, помощники ведущего (один или два человека на команду), звукорежиссер, педагоги - руководители команд.

1.4. Правила игры

Перед началом встречи формируется несколько команд путем жеребьевки. Количество команд может быть от двух до шести, количество человек в команде – 8-10 участников.

Для жеребьевки используются разноцветные декоративные камешки. Количество цветов соответствует числу команд, количество камешков одного цвета – числу участников в каждой команде.

Жеребьевка проводится следующим образом. При входе в зал ведущий предлагает каждому игроку не глядя достать из мешочка один камешек – «кристалл здоровья». Участники рассаживаются за столы в соответствии с выпавшим цветом во время жеребьевки. Рядом с каждым столом помощник ведущего держит карточку соответствующего цвета (Приложение 2). Так образуется несколько команд с соответствующим названием: «Команда красных», «Команда зеленых» и т.д.

В процессе Игры ведущий предлагает игрокам поочередно шесть заданий. Каждое задание связано с одним из аспектов здорового образа жизни, так называемым «секретом здоровья». После выполнения задания выигравшая команда награждается «куском пирога» - это зачетный балл. В конце игры зачетные баллы каждой команды суммируются ведущим, что

определяет победителя. Ведущий имеет право награждать «куском пирога» за одно задание несколько команд, если у них одинаковый лучший результат.

Правила проведения заданий № 1, № 2, № 4 и № 5.

Задание 1 «Правильное питание».

Задание 2 «Рациональный режим дня».

Задание 4 «Визит к врачу».

Задание 5 «Контроль эмоций».

На столах лежат фломастеры. Их цвет соответствует названию команды. По команде ведущего: «Готовы? Начали!» помощники выдают командам карточки с заданием.

В течение отведенного времени команды выполняют задание. Помощники ведущего следят за правильностью выполнения.

По истечении времени команды обмениваются карточками. Ведущий зачитывает правильные ответы, участники проверяют карточку другой команды. Помощники ведущего следят за правильностью проверки.

Проверенные карточки передаются ведущему, который фиксирует количество ошибок. Команда, выполнившая задание с наименьшим количеством ошибок, выигрывает «кусок пирога». Если справились с заданием две или более команд, то за это задание каждая из них выигрывает «кусок пирога».

Правила проведения заданий № 3 и № 6.

Задание 3 «Движение и спорт».

Задание 6 «Гигиена».

Данные задания проводятся в виде соревнования. От каждой команды выбирается один участник. Побеждает игрок, выполнивший задание быстрее остальных. Его команда выигрывает «кусок пирога».

В завершении игры ведущий подсчитывает и объявляет количество баллов, набранное каждой командой. Максимальное число баллов – 6 (по одному баллу за каждое задание). Участники и победители игры награждаются призами.

1.5. Сценарий районной познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно!»

Перед началом игры проводится жеребьевка с целью деления игроков на команды (см. «Правила игры. Жеребьевка»)

Ведущий. Здравствуйтесь ребята! Мы, педагоги Дворца творчества детей и молодежи «Истоки», очень рады встретиться с вами в нашем уютном и гостеприимном Дворце на познавательно-оздоровительной игре «Быть здоровым – это модно!» А помогать мне проводить игру сегодня будут старшеклассники, обучающиеся творческих объединений Дворца творчества

«Юный педагог» и «Юный психолог». У каждой команды будет по два помощника. *(Представляет помощников по именам)*

Сегодняшняя игра позволит нам узнать секреты человеческого здоровья. То есть речь будет идти о том, что нужно делать, чтобы не только сохранить здоровье, которое дано нам от рождения, но и улучшить его, стать крепче, сильнее, красивее.

Перед вами висит табло в виде вкусного пирога, разрезанного на 12 кусков (Приложение 3). У нас будет 6 заданий, которые нужно будет выполнить. Команда, выполнившая задание правильное других, получает «кусочек пирога».

В нашей игре выиграет команда, собравшая «кусочков пирога» больше других.

1. Задание «Правильное питание».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Правильное питание» (Приложение 4).

Ведущий. Первый «секрет здоровья», который мы сегодня узнаем – «правильное питание». Ведь то, что мы едим, наполняет не только наш желудок, но питает и другие органы, в том числе наш мозг и сердце. По сути, мы - то, что мы едим.

Итак, задание. За одну минуту каждой команде нужно вспомнить и составить список полезных продуктов на букву «К». Старайтесь записать как можно больше продуктов!

В течение 1 минуты команды выполняют задание. Помощники ведущего следят за правильностью выполнения, но не подсказывают.

Ведущий. Итак, списки готовы. Теперь я буду подходить по очереди к каждой команде, и участники будут называть один продукт. Повторять тот же продукт другим командам запрещается. Выигрывает команда, назвавшая свой ответ последней.

Ведущий опрашивает все команды поочередно, от последней команды возвращается к первой, и так далее. Если у команды ответы закончились, она выбывает из игры. Выигрывает команда, назвавшая свой ответ последней. Ведущий награждает победившую команду «кусочком пирога».

2. Задание «Рациональный режим дня».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Рациональный режим дня» (Приложение 4).

Ведущий. Еще один секрет здоровья – это соблюдение рационального режима дня. Человек, который не высыпается, все делает на бегу, не во время ест, не может считаться здоровым. То, как мы распоряжаемся своим временем, влияет не только на нашу успешность, но и на состояние нашего здоровья.

Итак, слушайте внимательно следующее задание. По моей команде помощники выдадут вам карточку, где написаны пословицы. Но пословицы написаны отдельными половинками. А половинки эти перепутаны (Приложение 5). За одну минуту вам нужно будет правильно соединить половинки в целые пословицы, нарисовав стрелки от первой половины пословицы ко второй. Выигрывает команда, сделавшая задание правильное других.

Готовы? Начали!

После слов ведущего: «Начали!» помощники выдают каждой команде карточку с пословицами.

В течение 1 минуты команды выполняют задание. Помощники ведущего следят за правильностью выполнения, но не подсказывают.

Ведущий. Время истекло, будем проверять правильность выполнения задания. Сейчас помощники поменяют карточки у команд. Команда «Синих» проверяет ответы у команды «Красных», и наоборот. Команда «Желтых» обменивается карточками с командой «Зеленых», и проверяют ответы друг друга. Я буду называть правильные ответы, а вы ставить рядом с этой пословицей «плюс», если ответ верный, и «минус», если ответ неверный.

Помощники следят за правильностью проверки ответов.

ОТВЕТЫ.

Кто рано встает, тому бог подает

Скучен день до вечера, коли делать нечего

Делу – время, потехе – час

Хочешь есть калачи, не лежи на печи

Сон – лучшее лекарство

После обеда полежи, после ужина походи

Выспишься – помолодеешь

Подушка – лучшая подружка

Сон лучше всякого богатства

Ведущий выявляет победителя и награждает победившую команду «куском пирога».

3. Задание «Движение и спорт».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Движение и спорт» (Приложение 4).

Ведущий. Следующий секрет здоровья – это движение и спорт. Занятия спортом улучшают не просто фигуру, но и помогают нам становиться более стойкими к разным болезням и инфекциям. Ведь недаром говорят, что движение – это жизнь.

Слушайте задание. Вам нужно выбрать по одному человеку от команды. Этот человек должен быть **самым быстрым**.

Помощники помогают выбрать участника для соревнования. Претенденты выходят на сцену.

Ведущий. Давайте с вами познакомимся. (Участники называют свои имена.)

Ведущий. Вы сейчас будете участвовать в соревновании. Каждый из вас защищает честь своей команды. Каждому из вас будут даны по две корзины: одна, пустая, стоит у одного края сцены, а во второй лежит пять маленьких мячей, и она стоит напротив первой у другого края сцены. Вы встанете около корзины с мячами. По моей команде вам нужно будет перенести мячи из одной корзины в другую. Брать можно только один мяч. Потом вернуться за вторым, и так далее, пока все пять мячей не окажутся во второй корзине. Выигрывает тот, кто первым перенесет все мячи. Правила понятны? На старт! Внимание! Марш!

По команде «Марш!» начинается соревнование. По окончании ведущий определяет победителя и награждает победившую команду «куском пирога».

4. Задание «Визит к врачу».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Визит к врачу» (Приложение 4).

Ведущий. Еще один секрет здоровья – это своевременный визит к врачу. Всегда проще бороться с болезнью, только что начавшейся, чем с запущенной. А еще лучше болезнь предотвратить, чем ее лечить. Для этого нужно регулярно посещать врача.

Сейчас командам будут выданы карточки с вопросами. К каждому вопросу два ответа: один правильный, второй – неправильный (Приложение 6). За одну минуту вам нужно обвести правильные ответы. Выигрывает команда, сделавшая это правильнее других. Готовы? Начали!

После слов ведущего: «Начали!» помощники выдают каждой команде карточку с пословицами.

В течение 1 минуты команды выполняют задание. Помощники ведущего следят за правильностью выполнения, но не подсказывают.

Ведущий. Время истекло, будем проверять правильность выполнения задания. Сейчас помощники поменяют карточки у команд. Теперь команда «Синих» проверяет ответы у команды «Желтых», и наоборот. А команда «Красных» обменивается карточками с командой «Зеленых», и проверяют ответы друг друга. Я буду называть правильные ответы, а вы ставить рядом с этим вопросом «плюс», если ответ верный, и «минус», если ответ неверный.

Помощники следят за правильностью проверки ответов.

Правильные ответы (выделены жирным шрифтом).

Вопросы	Ответы	
С человеком, у которого удален зуб, надо	разговаривать	молчать
С человеком, у которого высокая	разговаривать	молчать

температура, надо		
С человеком, которого привели себя после обморока, надо	разговаривать	молчать
С человеком, который очень сильно ушибся, надо	разговаривать (возможно сотрясение мозга+обморок)	молчать
С человеком, у которого болит голова, надо	разговаривать	молчать
К месту укуса пчелы прикладывают	тепло	холод (яд медленнее всасывается)
Когда из носа течет кровь, на переносицу нужно положить	тепло	холод
Чтобы ускорить действие укола, надо сделать компресс	теплый	холодный
На место ушиба нужно приложить	тепло	холод (капилляры сужаются, будет меньше синяк)
Этим обрабатывают ветрянку	йод	зеленка
Приносит больше пользы организму	йод (всасывается в кожу, полезен для щитовидной железы)	зеленка
Больше сушит кожу	йод	зеленка
Улучшает кровообращение	йод (йодная сетка на отеки)	зеленка

Ведущий выявляет победителя и награждает победившую команду «куском пирога».

5. Задание «Контроль эмоций».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Контроль эмоций» (Приложение 4).

Ведущий. Следующий секрет здоровья – это умение контролировать свои эмоции. Про этот секрет здоровья люди часто забывают, и зря. Человек должен понимать, распознавать и контролировать свои эмоции. Только так можно сохранить свою нервную систему, и нервную систему окружающих.

Каждая команда сейчас получит лист бумаги, фломастеры и карточку с заданием, где будет написано название эмоции, и чем ее нужно изобразить (Приложение 7).

На выполнение задания вам дается 5 минут. По окончании этого времени остальные команды должны будут отгадать, что это за эмоция, и почему они так думают. «Кусок пирога» получает команда, **чья** эмоция была отгадана правильно (то есть, кто более понятно изобразил).

По окончании времени выполнения задания ведущий демонстрирует поочередно рисунки команд. Команды отгадывают название эмоции. Команда, нарисовавшая данный рисунок, в обсуждении не участвует. Ведущий фиксирует правильные ответы. Ведущий выявляет победителя и награждает победившую команду «куском пирога».

6. Задание «Гигиена».

Ведущий прикрепляет на демонстрационную доску карточку с надписью «Гигиена» (Приложение 4).

Ведущий. Еще один секрет здоровья – это соблюдение норм гигиены. Здоровый человек – это человек, который следит за чистотой своего тела, одежды, жилища.

Для выполнения задания вам нужно выбрать по одному человеку от команды. Этот человек должен быть **самым ловким**.

Помощники помогают выбрать участника для соревнования. Претенденты выходят на сцену.

Ведущий. Давайте с вами познакомимся. (Участники называют свои имена.)

Следующее задание называется «Баня». Ведь баня – отличное средство гигиены и здоровья! Наши помощники приготовили для каждого из участников: тазик, бутылку с водой, стаканчик с шампунем, несколько веток, нитку, листы бумаги (формат А4).

Задание.

1. Вылить воду в тазик.
2. Влить шампунь.
3. Связать из веток ниткой веник.
4. Взбить веником пену.
5. Скрутить из бумаги трубочку.
6. Выдуть мыльный пузырь.

Выигрывает тот, кто сделал это первый. Готовы? Начали!

Ведущий выявляет победителя и награждает победившую команду «куском пирога».

7. «Здоровье».

Зачетные баллы за это задание не разыгрываются.

Ведущий. Вот мы с вами и познакомились с секретами здоровья. Знать эти секреты, а главное соблюдать их поможет вам стать крепче, сильнее, красивее.

Из каждой команды выбираются по 2-3 человека (всего 10 человек). Каждому помощники дадут карточку с буквой (Приложение 8). Участники выстраиваются в линию на сцене. Я буду называть разные слова. Ваша задача – выстроиться перед командой, образовав это слово. Участвуют только те, у кого есть нужная буква.

Слова:

ВОР

ЗАДОР

КОРОВА

ВЕДРО

РОВ

КОРА

ЗДОРОВЬЕ

8. Подведение итогов.

Ведущий. Вот и подошла к концу наша игра. Давайте подведем итоги. Помощники, посчитайте, пожалуйста, сколько «кусков пирога» у каждой команды.

Производится подсчет очков.

Ведущий. Итак, победила команда...

Ведущий. Здоровье – неоценимое счастье в жизни каждого человека. Всем нам присуще желание быть здоровыми и крепкими, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшнее мероприятие не прошло для вас даром, вы многое поняли и можете дружно сказать: **«Мы за здоровый образ жизни».**

Вручение призов.

1.6. Достигнутые результаты

Данная Игра действует в МБОУ ДО ДТДМ «Истоки» г. Сергиев Посад более 5 лет. Одним из результатов пятилетней деятельности является то, что темы заданий остаются прежними, но сами задания каждый год меняются.

По итогам данных лет работы можно сделать выводы о результативности Игры: информационно–насыщенная среда обучения, проходящего в интересной игровой форме, благотворно влияет на познавательные интересы, жизненные ценности и представления обучающихся.

Оценка результативности деятельности в данной Игре проводится методами педагогического наблюдения и анкетирования, а также методом обработки данных.

Анкетирование осуществляется среди следующих участников педагогического процесса: обучающихся, классных руководителей и родителей (Приложение 9).

Обработка данных анкетирования показала следующие результаты (Приложение 10):

Ежегодно проводя анкетирование в 2011-2015 гг. и сравнивая результаты обучающихся до и после участия в данной Игре, было обнаружено увеличение показателей:

мотивация к здоровому образу жизни от 45% до 66%;

ответственное отношение к своему здоровью от 20% до 38%;

теоретическая осведомленность по вопросам ЗОЖ от 45% до 60%;

применение практических умений здорового образа жизни от 23% до 34%;

развитие творческих способностей от 29% до 35%.

Анализируя данные показатели необходимо отметить, что на протяжении пяти лет значительно возрастают показатели по мотивации к здоровому образу жизни и теоретической осведомленности по вопросам ЗОЖ. Это говорит об актуальности и практической значимости данной Игры.

Таким образом, результативность данной работы подтверждается.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современное общество все больше задумывается над тем, каким станет его внешний и внутренний облик в будущем. Как будут выглядеть наши потомки? Что важного, доброго, полезного мы сможем им передать? Задумывается ли современное поколение над этим вопросом?

Даже самая дружная и благоприятная образовательная среда не может существовать в отрыве от социальной действительности, для которой распространение психоактивных веществ в среде молодежи и подростков все более становится нормой. Детей нельзя оградить от этого, но научить их сознательно отказываться от таких предложений можно и нужно. Воспитание у ребенка готовности избежать приобщения к одурманиванию невозможно без осознания им личностной ценности здоровья, важности и необходимости соблюдения законов здорового образа жизни, овладения приемами и навыками сохранения и укрепления своего организма, формирования устойчиво негативного личностного отношения к табаку, алкоголю, наркотическим веществам.

Мы привыкли считать, что оздоровительные мероприятия – это выполнение физических упражнений и соблюдение норм гигиены. Однако, в данной методической разработке оздоровительным эффектом является просвещение детей по вопросам здорового образа жизни, что позволит им систематизировать и углубить свои знания в том, что нужно делать, чтобы сохранять и укреплять свое здоровье. Методики, используемые для реализации данной разработки позволяют мотивировать детей полученные знания превратить в умения и навыки соблюдения правил здорового образа жизни.

Данная методическая разработка может применяться как внеклассное мероприятие в общеобразовательных школах, включаться в систему оздоровительных мероприятий в летних оздоровительных лагерях, в организациях дополнительного образования.

Проведение познавательно-оздоровительной игры «Быть здоровым – это модно!» может являться как самостоятельным звеном в системе дополнительного образования, так и входить в комплекс профилактических мероприятий по здоровому образу жизни образовательных учреждений.

Полученные знания, умения и навыки, приобретенные на Игре, ребята смогут использовать в жизни, увлекая своим примером здорового образа жизни окружающих. Так будет увеличиваться количество людей в нашем обществе, стремящихся быть здоровыми.

Быть здоровым – это необходимо, это – актуально, это – модно! И очень хочется верить, что потребность в этой моде не изживет себя никогда!

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ. Утвержден Советом Федерации 26 декабря 2012 года.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 года № 373.
3. Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
4. Реализация вариативных моделей сетевого взаимодействия общего, дополнительного и профессионального образования в рамках организации внеурочной деятельности: методические рекомендации / под ред. А.В. Золотаревой – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2011.
5. Березин И.П., Дергачев Ю.В. Школа здоровья. – М.: Владос, 2014.
6. Боровская, Э. Здоровое питание школьника. Главное, чтобы ребёнку нравилось — М.: Эксмо, 2010.
7. Волосникова Т.В., Филиппова С.О., Москаленко В.И., Лебедева Н.В. Физическая культура в семье, ДОУ и начальной школе. – М.: Школьная пресса, 2012.
8. Воробьев В.И. Слагаемые здоровья. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
9. Воронова Е.И. Здоровый образ жизни в современной школе. Программы, мероприятия, игры – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014
10. Гогоулан, М. Ф. Законы здоровья. Секреты полноценного питания. Чудеса витаминов — СПб.: Невский проспект, 2013.
11. Коробков А. В., Головин В. А., Масляков В. А. Физическое воспитание. - М.: Высшая школа, 2013.
12. Куценко Г.И., Новиков Ю.В. Книга о здоровом образе жизни. – СПб.: Речь, 2011.
13. Лещинский А.В. Берегите здоровье. - М.: «Физкультура и спорт», 2012.
14. Маханева М.Д. Здоровый ребенок. – М.: АРКТИ, 2013.
15. Минх А.А. Общая гигиена. – М.: «Физкультура и спорт», 2004.
16. Назарова Е. Н., Жиллов Ю. Д. Основы здорового образа жизни – М.: Академия, 2013.
17. Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: Речь, 2012.
18. Рунова М.А. Движение день за днем. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2012.
19. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. / Под ред. Ю.П. Кобякова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014.
20. <http://detectivebooks.ru/book/38175496/>
21. <http://detectivebooks.ru/book/38169732/>

22. <http://detectivebooks.ru/book/38142615/>
23. http://royallib.com/book/amosov_nikolay/razdumya_o_zdorove.html