

Сценарий мероприятия «Тропинка к здоровью».

Цель: формирование привычек здорового образа жизни.

Задачи:

- Сплочение детского коллектива.
- Формировать умение работать в группе.
- Формирование умения у ребят проводить опыт, который наглядно показывает о влиянии пищевых красителей.

Ход мероприятия:

*Педагог:*Здравствуйте, дорогие ребята! Именно так принято приветствовать друг друга и желать здоровья. Сегодня у нас праздник здоровья: интеллектуально-познавательная игра «По тропинке ЗОЖ». Ведь именно здоровье так важно для нас всех.

Ребенок1.

- Здравствуйте! – вы сказали человеку.

- Здравствуй! – улыбнется он в ответ.

И, наверное, не пойдет в аптеку,

А здоровым будет много лет.

- Ребята, а кто из вас знает, что такое здоровье и откуда оно взялось?

Ответы детей.

Ребенок 2. Сегодня я хочу рассказать вам старинную легенду.

«Давным-давно на горе Олимп жили боги.

Стало им скучно, и решили они создать человека. Стали думать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой бог сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один бог сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам: богам». И решили боги спрятать главное, что есть у человека - здоровье. Стали думать – решать, куда бы его спрятать? Один предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие высоко в горы. А один из богов предложил: «Здоровье спрятать в самого человека». Так и живет человек с давних пор, пытаюсь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов...

*Педагог:*Сегодня мы отправляемся в путешествие по тропинке здоровья. На нашем пути будут несколько станций, на которых нужно будет выполнять различные задания. Работать вы будете в командах: Здоровячки, Спортивные, Витаминка, Иммуниетет. Каждая команда получает маршрутный лист. После каждой станции в желтом квадрате вы будете оценивать работу группы, ставить баллы от 0 до 10.

Каждому ребенку прикрепляется значок.

Разминка «Значение пословицы о здоровье».

Педагог: начнём наше путешествие с разминки. Объясните, как вы понимаете значение пословиц.

Ум да здоровье всего дороже.

Кто много лежит, у того бок болит.

В здоровом теле – здоровый дух.

Недосыпаешь – здоровье теряешь.

Здоровый о здоровье не думает.

Станция «Витаминная».

Ребенок3.

В банане и йогурте,

В капусте и горстке малины —

Повсюду чудесные

Есть витамины.

Они берегут нас

От всяких болезней.

Чем больше их в пище,

Тем пища полезней.

Педагог: Каждая группа готовит мини-проект про витамин. Здоровячки – витамин А, Спортивные – витамин В, Витаминка – витамин С, Иммунитет – витамин Д.

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Дерево Здоровья»

Педагог: Каждая команда получит заготовку дерева здоровья. Затем мы все вместе «вырастим» общее дерево здоровья.

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Питательная»

Педагог: Ребята, вам нужно ответить на вопросы о правильном питании.

Каждая группа получает листок с вопросами.

Что получается при скисании молока?

· **Простокваша** Йогурт Масло

Первая еда родившегося ребенка

· Каша **Молоко** Кефир

Для чего детям необходимо молоко?

· Для счастья Для настроения **Для роста**

Из чего получают сливочное масло?

· **Из сливок** Из творога Из сметаны

Какой холодный десерт, любимый детьми, делают из молока?

· Творог **Мороженое** Пудинг

Как называется кисломолочный напиток из кобыльего молока?

· **Кумыс** Ряженка Кефир

Какой овощ очень полезен для зрения?

· **Морковь** Капуста Помидор

Какой овощ называют вторым хлебом?

· Баклажан **Картофель** Огурец

Как называется сушеный абрикос без косточки?

• Изюм Чернослив **Курага**

Сладковатый фрукт с небольшой косточкой внутри, похож на вишню

• Манго Слива **Черешня**

Как называется освежающий напиток, смесь воды и соков из ягод или фруктов с добавлением мёда или сахара?

· Квас **Морс** Лимонад

Этот напиток обычно варят из сухофруктов

· **Компот** Кисель Чай

Этот напиток считается вредным для детского организма

· **Газированная сладкая вода** Минеральная вода Чай

Кашу не испортишь...

Маслом Сметаной Шоколадом

Как называется каша, сваренная из смеси нескольких круп?

· Счастье **Дружба** Любовь

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Флешмоб»

Педагог: проведём флешмоб «Двигайся-Замри».

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Творческая».

Педагог: Необходимо сочинить буриме.

Буриме

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

Пример составления буриме

Если дружишь с физкультурой,

Значит, ты не будешь хмурым!

Будешь ты всегда здоров,

Обойдешься без докторов!

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Экспериментальная».

Педагог: Цель опыта: исследовать вредное влияние красителей, входящих в состав конфет «Скиттлс», на организм человека.

Оборудование: плоская тарелка, конфеты «Скиттлс», теплая вода.

Ход опыта:

1. Открыть упаковку конфет.

2.Разложить на плоской тарелке конфеты по кругу, середина тарелки должна быть пустой.

3. Потихоньку влить теплую воду в середину тарелки.

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Шкатулка пожеланий»

Педагог: От каждой команды нужно по 3 человека. Вытягивайте пожелание, читайте его и продолжайте фразу.

Я желаю...

Здоровья	Энергичности
Бодрости	Веселья
Позитива	Вдохновения
Благополучия	Заниматься спортом
Силы	Гармонии
Красоты	Счастья

Дети оценивают работу группы, баллы записывают в желтый прямоугольник.

Станция «Рефлексия»

Фамилия	
Я работал в группе:	
Я понял тему:	
Наша группа поработала:	

Подведение итогов:

Педагог: Подведем итог нашего занятия. Что понравилось? Чему учились?

Кубик «Блума».

Ребята, вы все большие молодцы! Вручаю каждому из вас сертификат и соки.