

Сценарій  
ігрової програми  
в рамках тижня безпеки життєдіяльності  
«Здорова дитина – щаслива родина»

Підготувала:  
культурний організатор  
Вікторенко О. І.

- У вік технічного прогресу та завоювання космосу, як і у всі часи, найголовніше – здоров'я. Здоров'я людини – це головна цінність життя, його не купиш ні за які гроші. Але не даремно говорять, що берегти здоров'я потрібно змолоду. Здоров'я – це не тільки фізичний стан, це стан повного фізичного, соціального і психічного благополуччя, а не лише відсутність хвороб. Активна діяльність людини, спрямована на збереження і покращення здоров'я – це і є здоровий спосіб життя, тому що здоров'я – це спосіб життя людини. Давно доведено, що все що робить людина відбивається на її стані здоров'я. Людина в житті може йти двома шляхами: один – до здоров'я, інший – від здоров'я. Від того, який шлях, ви оберете залежить ваше здоров'я. Ми з вами підемо правильною дорогою, тому девізом нашої зустрічі ми оберемо вислів: «Здорова дитина – щаслива родина».

Прошу вас поділитися на дві команди, обрати назву, девіз та капітана. Назва та девіз повинні бути пов'язані зі здоров'ям чи з тим, що допомагає бути здоровим. Отож, презентуйте свої команди.

## 1. Гра «Хрестик – нулик»

**Опис гри:** у грі беруть участь 2 команди. Одна команда «хрестики», друга – «нулики». При правильній відповіді команда робить позначку у вільній клітинці «Х» і «О».

**Перемога в грі можлива у випадках:**

1. коли у будь-якої команди на ігровому полі утвориться виграшна ситуація, а саме: три їхніх знаки розміщені поряд по будь-якій вертикалі, горизонталі чи діагоналі;
2. яких знаків на ігровому полі в кінці гри буде більше.

**I тур.**

**Рекомендований перелік запитань:**

1. Що наймиліше у світі? (Сон)
2. Масові захворювання людей. (Епідемія)
3. Раціональний розподіл часу. (Режим)
4. Тренування організму холодом. (Загартовування)
5. Рідина, яка розносить кисень по організму. (Кров)
6. Наука про чистоту. (Гігієна)
7. Найдрібніший організм, який переносить хворобу. (Інфекція)
8. Добровільне отруєння нікотинном. (Куріння)
9. Цілющі властивості якого гриба використовують у медицині? (Пеніцилін)

**II тур:**

Опис гри: грає команда переможець з іншою командою. Та команда, яка переможе отримує 10 балів. А інші команди-учасники по 5 балів.

### **Рекомендований перелік запитань:**

1. Для нормального функціонування організму людині необхідно 2,5 кг цієї речовини. Що це? (Вода)
2. Така вода містить у своєму складі солі, макро- та мікроелементи. Не даремно її називають “живою водою”. Що це за вода? (Мінеральна)
3. Назвіть вітамін, який утворюється в організмі людини тільки під впливом сонячного проміння? (Вітамін Д)
4. У якому стані люди проводять третину свого життя? Він корисний та необхідний. (Сон)
5. Чому яблука весною не такі корисні, як восени? (Вітаміни руйнуються до весни)
6. Цей засіб може слугувати профілактикою карієсу, проте надмірне вживання призводить до проблем зі шлунком. (Жуйка)
7. Що необхідно приймати перед сном обов’язково, а в жару – вранці та ввечері? (Душ)
8. Захворювання, яке виникає в результаті надмірного вживання алкоголю. (Алкоголізм)
9. Кількісні зміни, які пов’язані із збільшенням маси всього організму. (Ріст)

### **У разі нічиєї, додаткові запитання:**

1. Спеціаліст по підніманню ваги. (Штангіст)
2. Вона є запорукою здоров’я. (Чистота)
3. Хокей – шайба, футбол – м’яч, бадмінтон – ... (Воланчик)
4. Важке знаряддя для любителів ранкової зарядки. (Гантелі)
5. Тенісна площадка. (Корт)
6. Льодова площадка. (Каток)
7. Вирішальна зовнішня характеристика баскетболіста. (Зріст)
8. Що намагається встановити спортсмен? (Рекорд)
9. Кореневище цієї рослини – цілюще, а ягоди – отруйні, її використовують з метою лікування серцевих хвороб. Назвіть цю рослину. (Конвалія)
10. Назвіть хворобу, яка в наш час вважається найпоширенішою та наймасовішою. (Грип)

## **2. Конкурс «Ходьба спортсмена»**

Завдання: капітани команд повинні зобразити ходьбу спортсмена, який їм випаде по карточці. Капітани тягнуть карточки. Якщо капітан гарно показує, то і його команда, і та команда, що відгадає, отримують по балу. Ведучий на своєму прикладі показує, діти повинні відгадати кого зобразив керівник (зобразити бігуна, якому наступили на ногу).

Карточки:

– зобразити ходу штангіста, якому на ногу впала штанга;

– зобразити плавця, якого розбив радикуліт;  
– велосипедиста, котрий при падінні пошкодив правий бік.  
Керівник гуртка. Молодці! Гарно прогулялись спортивною ходою.  
Спортсмен здолав себе,  
І значить це багато.  
І головне тут не рекорд.  
І не блискучі лати.  
Здоров'я – головне! Його приносить ...  
(Діти відповідають: СПОРТ)

### **3. Конкурс «Знавці».**

Завдання: написати на листі паперу назви спортивних снарядів. Перемагає та команда, яка написала більшу кількість.

Ведучий зачитує: турнік, кільце, канат, м'яч, тренажер, гирия, штанга, велосипед, боксерські рукавиці, скакалка, обруч, кеглі, груша та ін.

- Діти, скажіть, які продукти є найкорисніші для нашого здоров'я і містять у собі найбільше вітамінів?

(Діти відповідають: ОВОЧІ, ФРУКТИ, ЯГОДИ).

Керівник гуртка. Правильно! Зараз ви отримаєте кросворд, у якому заховані назви цих продуктів.

### **4. Конкурс «Вітамінна бомба»**

Завдання: за 5 хвилин знайти на картках (додаток 1) якомога більше захованих назв овочів, фруктів та ягід. Слова читаються по горизонталі, вертикалі та ламаються під прямим кутом. Перемагає та команда, яка знайде більше назв.

### **5. Конкурс «Мудрість віків»**

Завдання: скласти прислів'я про здоров'я з двох частин, запропонованих керівником гуртка і представлених на картках.

#### **Рекомендований перелік прислів'їв:**

- Бережи і шануй честь змолоду, а здоров'я – до старості.
- Бережи одяг, доки новий, а здоров'я – доки молодий.
- Ціну здоров'я лише той знає, хто його втратив.
- Їж не переїдай, пий – не перепивай, а говори не переговорюй, то будеш здоровий.
- Сміх краще, ніж ліки.
- Як хочеш здоров'я мати, мусиш рано вставати, а звечора лягати.
- Держи голову в холоді, а живіт у голоді – будеш здоровий.
- Було б здоров'я, а все інше наживемо.
- Той здоров'я не цінить, хто хворий не був.
- Здоровий хворого не розуміє.

- Скажіть, хто нам допомагає якщо ми раптом захворіли і хто нам скаже, що ми повністю здорові. Звісно це ...

(Діти відповідають: ЛІКАР)

## 5. Конкурс «На прийом до лікаря»

Завдання: за симптомами визначити до якого лікаря мамам потрібно відвести хворих дітей. За кожну правильну відповідь команда отримує бал. Команди відповідають по черзі.

- 1-а мама: у моєї донечки болять зубки. Я її відведу до лікаря...(стоматолога)
- 2-а мама: а моя донечка погано спить і багато плаче. Я поведу її до...(невропатолога)
- 3-я мама: а мій синочок підвернув ногу. Я віднесу його до...(травматолога)
- 4-а мама: а моя дівчинка застудилась, я звернусь до ...(педіатра)
- 5-а мама: у моєї дитини поганий зір. Я її поведу до ...(окуліста)
- 6-а мама: у моєї дівчинки від цукерок висипка на шкірі. Я піду до...(дерматолога)

### Підведення підсумків

- Настав час підбити підсумки. Обидві команди виступили відмінно, але перемогла команда (оголошується переможець). Та все ж таки мені хочеться сказати, що всі ви є переможцями, тому що маєте розум. Розум, який допоможе нам зберегти здоров'я – неоціненне щастя у житті людини. Кожному з нас притаманне бажання бути сильним та здоровим, зберегти якнайдовше рухливість, енергійність й досягнути довголіття. Сподіваюсь, що сьогоднішня зустріч не пройшла даремно і ви багато чого почерпнули з неї. «Здоров'я не купиш – його розум дарує». Так будьте ж здорові!!!

### Додаток 1

#### Картка з кросвордом

МОРКВАПОГІ  
ЯКАПУСОКОР  
БЛУКОТМГРУ  
АПЛИМАІДОШ  
ЛЕПЕОЦИБРА  
ЬЦЕРНКАУЛЯ  
СЬНАНУВРЕШ  
ИНАНАСЧЕЯН

Відгадки: морква, помідор, огірок, груша, яблуко, капуста, апельсин, лимон, перець, цибуля, кавун, ананас, черешня.