Автор:

Федорова Людмила Егоровна,

воспитатель

высшая квалификационная категория,

МБОУ «Новолавельская СШ № 3»

СП «Детский сад» п. Новолавела

МО «Пинежский район»

Архангельская область

**Конспект интерактивной игры**

**КВН «Островок детской безопасности»**

***Цель***: актуализация темы здоровья и пропаганда здорового образа жизни среди родителей.

***Задачи:***

* познакомить взрослых с основными направлениями здорового образа жизни;
* систематизировать знания родителей о здоровом образе жизни детей и взрослых;
* расширить кругозор участников мероприятия на основе имеющихся знаний и умений о ЗОЖ;
* способствовать применению полученных знаний и умений родителями в повседневной жизни;
* пропагандировать участников мероприятия за здоровый образ жизни;
* воспитывать заботливое отношение у родителей к детскому и своему здоровью.
* создать условия для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей;
* привлечь родителей к проведению совместных мероприятий

***Методы:***   
1. словесный – беседа и объяснение заданий на основе имеющихся знаний у родителей;   
2. наглядный – демонстрация наглядных пособий;   
3. практический – работа с натуральными объектами;   
4. исследовательский – поиск правильных ответов на поставленные вопросы.

***Оборудование***: наглядное пособие – «Пирамида здорового питания», таблички с названием полезных и вредных продуктов, кроссворды, стенгазеты по ЗОЖ.

**Ход мероприятия.**

**1 ведущий**: Как указывают исследователи, в современном обществе и созданных в нем условиях здоровье нации находится под угрозой. Медики утверждают, что здоровье человека на 20% зависит от наследственности, 10% - от работы медиков, 20% - от окружающей среды и 50% в руках самого человека. Значит, здоровье зависит от нашего образа жизни. И сегодня мы собрались, чтобы поговорить о здоровом образе жизни и предлагаем провести нашу встречу в форме КВН.

**2 ведущий**: В КВН участвуют 2 команды,   
поприветствуем их. А также разрешите представить вам компетентное жюри, которое строго, но справедливо будет оценивать ваши ответы. За каждый правильный ответ команда получает от 1 до 3 баллов, где 1 балл – слабый, не точный ответ, 2 балла – средний, более точный ответ и 3 балла – правильный, точный ответ. Так же члены жюри будут оценивать и оригинальность при ответе на поставленный вопрос. Все баллы каждый член жюри будет фиксировать в таблице, а в конце председатель жюри суммирует баллы по каждому конкурсу и назовет общий результат (Приложение 2).

**1 ведущий**: При встрече друг с другом мы говорим «здравствуйте», а это значит, что мы желаем здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья?

**2 ведущий**: Наверное, потому, что здоровье для человека - самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье тогда, когда его теряем. Народная мудрость гласит: ”Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – много потерял, здоровье потерял – всё потерял”. Сегодня мы уточним, что же такое здоровый образ жизни.

**1 ведущий:** Наш **1 конкурс «Здоровая команда»:** командирам команд необходимо представить визитную карточку своей команды: название, эмблему, девиз и приветствие команде соперников (Приложение 3).

**2 ведущий: 2 конкурс** называется **«Домашнее задание».** В этом конкурсе необходимо прокомментировать свои стенгазеты. Жюри учитывает оригинальность ответа и по одному баллу присваивается командам за каждую стенгазету.

**1 ведущий**:Мы продолжаем и **3 конкурс** называется **«Дороже золота»:** команды заполняют кроссворд и определяют его главное слово. *(*Приложение 4*).* На решение кроссворда командам дается 2 минуты *(по истечении времени все вместе проверяют правильность выполнения задания). Для членов жюри загадки с ответами, для команд без ответов.*

**2 ведущий**: Здоровье - это не просто отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия. Предлагаю сейчас поговорить о тайнах питания. Каждый день мы завтракаем, обедаем и ужинаем. И не очень – то задумываемся, что наше питание - одно из основ нашего здорового образа жизни.

**1 ведущий**: Зачем человек ест? Да затем, что если он не будет питаться, то будет хилым, слабым, у него не будет сил, чтобы двигаться. Если не питаться - не будет энергии для осуществления жизнедеятельности.

**2 ведущий**: Чего мы только не едим! Вкусное - и не очень, полезное - и не совсем. А ведь наша пища должна быть здоровой, а питание - правильным. И **4 конкурс** называется **«Тайны правильного питания».** А раскрыть нам эти тайны помогут команды.

**1 ведущий**: Перед каждой командой находится «Пирамида здорового питания». Задание – разложить название продуктов в окошечки, которые, по вашему мнению, соответствуют указанным нормам в день для человека (*жюри подсчитывает количество правильных ответов. Побеждает команда, которая составила наиболее правильную пирамиду здорового питания*) (Приложение 5).

**2 ведущий: 5 конкурс**  называется **«Вкусняшки».** Каждой команде нужно распределить названия продуктов на вредные и полезные. Первая команда перечисляет полезные продукты и объясняет свой выбор, а вторая команда – вредные и объясняет свой выбор. Обе команды сравнивают свои ответы с командой соперников. Назовите какой, по вашему мнению, из перечисленных продуктов может гореть и почему. *Опытным путем доказать какой из вредных или полезных продуктов горит (картофельные чипсы)*(Приложение 6)

**1 ведущий:**

Овощи и фрукты   
Любят все на свете.   
Бабушки и дети   
Секреты знают эти.   
Виноград и вишня   
Лечат все сосуды.   
Абрикос – от сердца,   
Груша – от простуды.   
Апельсин, как витамин,   
Знают все, не заменим.   
Ешьте фрукты, здоровейте,   
Пейте сок и не болейте!

**2 ведущий**: О продуктах питания говорить можно много и долго. Мы предлагаем вам больше кушать овощей и фруктов, молочных продуктов, а меньше – конфет, чипсов, пирожных, газированных напитков.

**1 ведущий**: Насколько сообразительны и смекалисты наши игроки, посмотрим в **6 конкурсе** под называнием **«Эрудит** ». Внимательно слушайте наши вопросы и давайте правильные ответы на них *(команды отвечают по очереди)*

1. Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год? (нет) .

2. Правда ли, что детям до 15 лет нельзя заниматься тяжёлой атлетикой? (да)

3. Правда ли, что ребёнку достаточно спать ночью 8 часов? (нет, нужно 9 – 10) .

4. Правда ли, что бананы поднимают настроение? (да) .

5. Сколько литров крови у взрослого? (5)

6. Как называются первые зубы у детей? (молочные)

7. Какое произведение К.И.Чуковского посвящено чистоте и гигиене тела человека? (Мойдодыр)

8. Сколько может прожить человек без пищи? (40 дней)

9. Сколько может прожить человек без воды? (3 дня)

10. Сколько может прожить человек без воздуха? (3 минуты)

**2 ведущий**: *Выходит на сцену, прихрамывает, стонет*.

**1 ведущий**: Как ты дошёл до такой жизни? Наверное, долго смотрел телевизор, а физкультурой совсем не занимался?

**2 ведущий**: Да, малоподвижный образ жизни – довел меня до этого.

**1 ведущий:**

Да, вид у тебя болезненный и хмурый,   
Не занимаешься ты видно физкультурой!   
Нужно, быть здоровым постараться.   
Умываться, закаляться, физкультурой заниматься,   
Это точно нужно нам!

**2 ведущий**: Сейчас у нас **6 конкурс** и называется он **«Последняя строчка».** Командам будут предложены 4 стихотворения. Вам необходимо подобрать последнюю строчку к каждому. Жюри в данном конкурсе, будет оценивать оригинальность ответов на один и тот же вопрос.

1. Чтоб заниматься нам биатлоном,

Вовсе не надо носиться по склонам.

Наоборот, по ровной лыжне…

*(Бегать придется тебе или мне…)*

2. Мы горные лыжи с тобою возьмем

И горку покруче сейчас же найдем.

Спуститься с нее не простая задача…

*(Ты будь осторожен нельзя здесь иначе).*

3. Санки ждут нас всех зимой,

Солнце, снег искрится.

Хорошо с горы крутой…

*(С ветерком скатиться).*

4. Здорово, что я пришел

Посмотреть на волейбол.

Здесь дорожки нет и старта…

*(Но зато полно азарта).*

**1 ведущий**: И у нас **7 конкурс «Неболейка».**  
Крошка сын к отцу пришел, и спросила кроха:   
«Что такое хорошо и что такое плохо?»   
Папа медлить не стал и ответ свой сразу дал:

Если делаешь зарядку,  если кушаешь салат   
И не любишь шоколадку, то найдешь здоровья клад.

**2 ведущий**: Вопросы мы будем задавать каждой команде по очереди.

1. Перечислите меры профилактики от гриппа  *(прививка, не вступать в контакт с больным, больше находиться на свежем воздухе, мыть руки, принимать витамины, есть больше овощей и фруктов.)*2. Как избежать заражения педикулезом? (*мыть голову, не использовать чужие расчески, не ложиться в чужую постель, головные уборы*).   
3. Почему нельзя гладить незнакомых кошек, собак? (*глисты, блохи, лишаи*).   
4. Как избежать солнечного удара? *(головной убор, находиться в тени*).   
5. Как избежать гастрита? (*правильное питание*).

6. Первая помощь при растяжении? (*холод, тугая повязка*)

**1 ведущий:** Следующий **8 конкурс «Познай себя*»*** *(команды по очереди отгадывают загадки)*

1. Как известно мозг человеку нужен чтобы думать, а мышцы зачем?

2. Говорят «Здоровые зубы – здоровый желудок». А здоровые волосы – это к чему?

3. Где находится гипоталамус?

4. Зачем человеку ухо, горло, нос? *(врач, чтобы слышать, говорить, кушать, дышать и ощущать).*

**2 ведущий**: И у нас **9 конкурс « Клуб закаливания»**  в котором каждой команде мы предлагаем ответить на вопросы анкеты. По истечении 2 минут мы с вами проверим правильность выполнения данного задания.

1.Вы решили закаливать свой организм: с чего надо начать?   
А)посоветуетесь с родителями и врачом;   
Б) будете купаться на реке, пока не замерзнете;   
В) начнете обливание холодной водой всего тела.   
2. В какое время года лучше всего начинать закаливание?   
А) зимой;   
Б) летом.   
3. Расставьте последовательность закаливания в виде ряда цифр:   
1) умывание холодной водой;   
2) купание в водоеме;   
3) растирание варежкой с холодной водой до пояса;   
4) контрастный душ;   
5) обливание тела водой.

(1,3,4,5,2)

**1 ведущий:** Не бери чужие платья,   
 Ногти тоже не грызи,   
 Не дружи ты с сигаретой,   
 Так здоровья не найти!

**2 ведущий**: И у нас **10 конкурс** под название **«Вредные привычки».**

Команды будут отвечать по очереди на  
вопросы:

1. Почему нельзя курить? (*желтые зубы, запах изо рта, хромота, кашель).*   
2. Как влияет на здоровье и внешний вид человека употребление алкоголя? *(расширяются сосуды – красный нос, жилки на лице, болезни печени, желудка).*3. Правда ли, что есть безвредные наркотики? (*нет*)  
4. Объясните, почему нельзя грызть ногти? (под ногтями грязь, возбудители болезней, яйца гельминтов).   
5. К чему может привести привычка - брать в рот несъедобные предметы? (можно проглотить, перекрыть вход в трахею, проколоть небо или щеку, заразиться болезнями).   
6. Почему нельзя меняться одеждой, обувью, брать чужие головные уборы? (можно заразиться кожными, инфекционными заболеваниями, грибковыми, вшами).

**1 ведущий**:   
Солнце, воздух и вода –   
Наши лучшие друзья!   
Гигиена и здоровье,   
Спорт, закаливание, труд,   
Травы, овощи и фрукты   
Рука об руку идут.   
Маски, ванны и массажи   
Нам полезны спора нет,   
Ну а лень, обжорство, пьянство   
Оставляют тоже след!

**1 ведущий**: Пока жюри подводит итоги сегодняшней игры, мы предлагаем вам исполнить гимн о здоровом образе жизни «Здоровье» (Приложение 7).

**2 ведущий**: Мы хотим пожелать вам быть здоровыми всегда. Пусть каждое утро начинается с хорошего настроения и улыбки, ведь крепким здоровьем обладает веселые, добрые и жизнерадостные люди.

**1 ведущий**: Помните – главные факторы здоровья - это движение, закаливание, правильное питание, режим. А ухудшает здоровье человека: употребление алкоголя, курение, наркомания и вредные продукты питания.

***Подведение итогов, награждение команд.***