

ПРОЕКТ

Интерактивная площадка «Здоровым быть здорово!»

Цель Проекта: пропаганда основ здорового образа жизни.

Задача Проекта: формирование негативного отношения к употреблению запрещенных веществ и иным формам зависимости.

Целевая группа Проекта: учащиеся, возрастная категория от 6 до 12 лет.

Описание Проекта: интерактивная площадка рассчитана на командное участие, оптимальное количество участников одной команды – до 10 человек.

Работа площадки начинается с приветствия ведущего: «Добрый день! Мы рады видеть вас на нашей площадке «Здоровым быть здорово!». Предлагаем сейчас отправиться на поиски ответа на вопрос: «Что важнее всего в жизни человека?»»

Условия площадки: проходя каждое задание участники получают одну букву от слова-ответа, после прохождения всех заданий из полученных букв нужно собрать слово-ответ (ЗДОРОВЬЕ).

1 задание «РАЗМИНКА» (проверяем кругозор)

1) Самый умный вид спорта?

- биатлон
- крокет
- шахматы

2) Как называется наука о чистоте?

- гигиена
- чистота
- порядок

3) Как называется нарушение работы организма?

- сбой
- болезнь
- стресс

2 задание «ЗАГАДКИ» (проверяем находчивость)

1) Чтобы не был хилым, вялым,

Не лежал под одеялом,

Не хворал и был в порядке

Делай каждый день ... (Зарядку)

2) Пламя полыхает,

Пять колец сияют

Праздник для народа

Раз в четыре года

Праздник тот спортивный
Древний, яркий, дивный! (Олимпиада)

3) Зеленый луг, сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот бойко бегают народ.
На воротах этих рыбацкие сети. (Стадион)

3 задание «АНАГРАММЫ» (проверяем смекалку)

(участникам выдаются карточки с набором букв, из которых необходимо составить слово, относящееся к ЗОЖ)

Л К А Г У П Р О – ПРОГУЛКА

Л К А З А К А – ЗАКАЛКА

Р О П С Т – СПОРТ

4 задание «ВОПРОСЫ» (проверяем любознательность)

1) Какой из фруктов богат железом?

- апельсин, яблоко, груша, мандарин

2) Что подходит к Здоровому Образу Жизни?

- сон до обеда, ужин из бургера и газировки, бег

3) Сколько необходимо времени для сна, чтобы организм восстановился и набрался сил?

- 8-9 часов, 3-4 часа, 12-14 часов

5 задание «СОСТАВЬ СЛОВА» (проверяем сообразительность)

ФИЗКУЛЬТУРА: например фрукт, лук, кит, рука, турка, лифт, фартук, факт и др.

6 задание «НОРМЫ ГТО» (проверяем знания)

Нормы ГТО – это нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Они включают в себя комплекс тестов, которые оценивают силу, скорость, гибкость и выносливость участников.

А какие полезные упражнения знаете вы? (участники называют варианты)

7 задание «ВИДЫ СПОРТА» (проверяем знания)

Участникам необходимо назвать виды спорта. Изобразить один из них.

8 задание «ЧЕРНЫЙ ЯЩИК» (проверяем находчивость)

Мы предлагаем вам отгадать, что лежит в черном ящике (ответ – скакалка). На обсуждение 1 минута.

- Это самый древний спортивный инвентарь в мире.
- Этот предмет есть в любом спортивном зале, а у некоторых есть и дома.
- Он продается в спортивном магазине.
- В художественной гимнастике есть упражнения с этим предметом.