Утверждаю: Председатель
Свердловской региональной общественной
экологической организации
«ЭКА-Екатеринбург»
_____ М.В.Целищева

«27» ноября 2019г.

СЦЕНАРИЙ

Сценарий интерактивного урока № 1.

Тема: Здоровый образ жизни. Здоровые привычки.

Сценарий интерактивного урока № 1.
Тема: Здоровый образ жизни. Здоровые привычки.

Цели мероприятия:

1. Расширение кругозора.
2. Воспитание в детях самостоятельности и ответственности при принятии решений.
3. Пробудить в детях интерес к окружающему миру.
4. Создать обстановку, способствующую саморазвитию и самореализации детей.
5. Стимулировать интеллектуальную и творческую деятельность.

Задачи:

- Пропаганда здорового образа жизни;
- Воспитание активной жизненной позиции;
- Создание условий для развития имеющихся творческих навыков и их реализации;
- Демонстрация детям преимуществ активной жизненной позиции, творческой деятельности и здорового образа жизни на собственном примере;
- Предоставление возможности высказывать собственное мнение и принимать самостоятельные решения;

Возраст детей: 7-10 лет

Время проведения урока: 40 минут.

Персонажи. Легенда мероприятия.

Эказябрик — добрый дух Уральского леса. Обычные гости лесов его встречают очень редко, ведь Эказябрик — мастер маскировки. Люди, как правило, не замечают большой валун, обильно поросший мхом и лесными цветами. Только настоящие специалисты – экологи могут заметить, что мох, растущий на валуне, необычен и не встречается в Свердловской области. Именно таким людям Эказябрик и показывается.

Катя Птичкина — добрый ученый-эколог. Очень любит Уральский лес и давно знакома с Эказябриком. Катя Птичкина вместе с ребятами объясняет Эказябрику правила здорового образа жизни, а Эказябрик рассказывает детям как заботится об окружающей среде, раскрывает тайны лесов.

Эказябрик выходит к Кате Птичкиной в лесу и просит помощи. Он нашел конфеты и газировку, оставленную нерадивыми туристами в лесу. Эказябрик совсем перестал гулять по лесу, и только лежал на полянке, ел конфеты и играл в телефон, найденный им.

И вот у Эказябрика заболели зубки. После того, как Эказябрик попросил помощи у доброй ученой, она уговорила его пойти в гости к детям, ведь каждый ребенок, живущий в Свердловской области, знает, какие правила нужно соблюдать, чтобы быть здоровым.
В игровой форме, совместно с Катей Птичкиной, ребята вырабатывают правила здорового образа жизни. Рассказывают Эказябрику о том, как нужно питаться, почему так плохи вредные привычки и как важны спорт и физические нагрузки.

Катя Птичкина: Здравствуйте ребята! Давайте знакомиться. Меня зовут Катя Птичкина, а вы можете называть меня просто Тетя Катя. Я ученый-эколог и изучаю родную природу, я очень часто хожу в лес. А вы любите ходить в лес? Когда вы в последний раз там были? *(общение с ребятами, установление доверительных отношений).*

КП: А знаете, ведь сегодня я пришла к вам потому, что мне нужна помощь! Вы знаете, что в наших лесах живут самые разные удивительные существа? Кого вы знаете?
Но мало кто знает, что в лесах живет еще и удивительно добрый дух леса — Эказябрик! Обычные люди его не видят, ведь он прикидывается огромным камнем, поросшим мхом, и показывается только тем, кто помогает лесу, любит его.
Но у нас случилась беда, Эказябрик нашел в лесу много конфет и газировки, оставленных туристами, съел это все и теперь совсем разболелся. Я смогла уговорить его прийти к вам, чтобы мы вместе рассказали Эказябрику как правильно себя вести, чтобы не болеть! Вы поможете мне?
Только не пугайте Эказябрика! Он никогда не видел столько ребят, и очень стеснительный! Вы готовы его встретить и научить правильно себя вести?

Дети: Даааа.

КП: Давайте я его приведу. *(Открывает дверь в класс, уговаривает Эказябрика зайти).*
КП: Эказябрик, не бойся, эти ребята хорошие, и помогут тебе снова чувствовать себя хорошо и всегда быть здоровыми. Ребята, поздоровайтесь с Эказябриком.
Ребята здороваются.

КП: Расскажи ребятам, что с тобой случилось.

Э: Я гулял по лесу и увидел большую кучу еды около костра, оставленного людьми, я подошел посмотреть и нашел конфеты и газировку. Конечно, я их попробовал. А потом у меня стал болеть животик. Но это было так вкусно! Я находил новые конфеты, и кушал их, и кушал! Но я не хочу, чтобы у меня болел живот!

КП: Ребята, а вы знаете, что неправильно сделал Эказябрик и туристы?

Ребята отвечают, что Эказябрик ел вредную пищу, а туристы оставили мусор в лесу. Что нельзя кушать конфеты и газировку.

Э: Но ведь это было так вкусно!

КП: Полезная еда тоже может быть вкусной! А то, что ты ел, заставляло тебя болеть!

Э: Как????

КП: От вредной еды у тебя портятся зубы, внутренние органы, и ты будешь очень часто болеть и не сможешь гулять по любимому лесу!

Э: Правда? А что же тогда можно кушать, чтобы было и вкусненько, и полезно?

ТК: Ну во-первых, очень вкусные и полезные фрукты и овощи. В них содержится много витаминов. Все витамины обозначаются буквами. А какие витамины знаете вы?

Ребята называют.

КП: Много витамина А в моркови, абрикосах, рыбе и тыкве. Витамин С содержится в апельсинах, лимоне, облепихе, черешне, рябине, арахисе. Витамин D – в молоке, яйцах, сыре. И есть еще много разных витаминов!

А если есть фрукты и овощи каждый день – можно спастись от многих болезней. А в лесу, особенно осенью ты можешь найти очень вкусные и полезные ягоды.

Ну что, теперь, Эказябрик, ты знаешь какая еда полезная, а какая нет?

Э: Знаю, но я не уверен, что всё правильно запомнил.

КП: Давайте научим нашего гостя отличать полезное от вредного. Я показываю вам продукт, если он полезный – вы хлопаете, а если нет, то вы топаете. Проверим вас на знание и внимательность.

Играют.

Э: А знаете — один раз я нашел много яблок на земле, съел, а животик все равно болел. Почему?

КП: Зябрик, ты, наверное, не мыл яблоки и лапки перед едой?

Э: Нет, а зачем?

КП: Потому что бактерии и микроорганизмы есть полезные, а есть очень вредные! Те, которые живут на грязных ладошках — очень вредны! Ребята, вы знаете кто такие микробы?

Дети отвечают

Э: Неужели они живут и у меня на лапах?- смотрит себе на лапы. Нет, у меня точно такого нет!

КП: Бактерии и микробы – это такие маленькие живые существа, которые видны только под микроскопом. Ребята, посмотрите на свои ладошки. Представляете, сейчас на них несколько тысяч бактерий и микроорганизмов! Они такие маленькие, что мы не можем их увидеть! Но с вредными микробами можно бороться!

Э: Как бороться? Они же такие маленькие!!!

КП: Ребята вы можете рассказать, что нужно делать каждый день, что бы спастись от вредных микробов?

Ребята отвечают.

КП: Правильно, нужно мыть руки перед едой! А еще? *(утром мыть шею, лицо, мыть фрукты, овощи и т. д.)*

Ребята! Давайте вы нарисуете картинки к правилам, которые вы только что назвали?[1]

Ребята рисуют.

КП: Ну что, Эказябрик, ты понял, как ребята ухаживают за собой? А ты будешь мыть свои лапы перед едой???

Э: Не только перед едой, а еще после игр, прогулки и каждое утро!

Все, ребята, я все понял! Надо кушать овощи и мыть руки! Я пойду к себе в лес, как следует поем овощей и фруктов, и лягу спать. Уж очень я устал и переволновался.

КП: Эказябрик! Ты должен соблюдать режим дня! Сейчас не время для сна!

Э: Тетя Катя, если я хочу спать, значит сейчас для этого самое подходящее время! Я сейчас высплюсь, а ночью буду играть в телефон, ведь это так весело!

---

1 Задание дается, если остается достаточное количество времени.

КП: Эказябрик! Для того, чтобы успевать делать важные дела и не уставать, важно правильно распределять свое время. Правильный режим дня — настоящая палочка-выручалочка для тебя. Только не надо бояться, думать, что режим дня — это скучно. Режим дня означает, в какой последовательности лучше переходить от одного дела к другому.

Не забывайте, что после каждого большого дела нужно сделать перерыв и немного отдохнуть – сделать зарядку, прочитать книгу, поговорить с другом, прогуляться по улице.

Э: Тетя Катя, это так сложно! Я всегда спал, когда хотел. Правда очень часто из-за этого я не замечал, когда в лес приходят хорошие ребята, и не успевал показаться им. Хотя мне очень хотелось бы с ними познакомиться.

КП: Ну вот видишь? А если бы ты соблюдал режим дня, ты бы успевал познакомиться со всеми, кто приходит в твой лес, и не уставал бы.

Э: Правда? А помогите мне, ведь я хочу поиграть с вами, ребята, когда вы придете ко мне в гости, в лес. Я могу все проспать!

КП: Ребята, давайте попробуем составить режим дня для Эказябрика.

На карточках, прикрепленных к доске в хаотическом порядке, написаны действия Эказябрика (подъем, завтрак, обед, школа, футбол, чтение книги, уроки в школе, домашнее задание, прогулка по лесу, зарядка, ужин, сон).

Задача ребят – составить распорядок дня для Эказябрика в правильном порядке.

Эказябрик начинает читать режим дня, доходит до слова «Зарядка».

Э: А что это такое? Я должен зарядить телефон?

КП: Эказябрик, ты что, никогда не делал зарядку? Вот почему у тебя болят лапки и ты спишь целый день! Ребята! А вы знаете что такое зарядка? Делаете ее?

Дети отвечаю.

КП: Зябрик, зарядка, это когда ты сам заряжаешь себя бодростью и отличным настроением на весь день!

Э: Правда? Я хочу научиться!

КП: Сейчас мы с ребятами научим тебя делать зарядку! А давайте с вами проведем зарядку на внимательность! Я буду вам показывать первое движение, вы его не повторяете, а когда я буду делать второе движение – вы должны делать первое. Посмотрим, как у вас получиться!

Играют.

КП: Зябрик, ну ты же не успеваешь! Посмотри, как ребята справились с такой зарядкой! А кроме зарядки обязательно нужно заниматься спортом, правда, ребята? Каким спортом занимаетесь вы?

Ребята отвечают.

КП: А почему спорт полезен?

Ребята отвечают.

Э: А каким спортом можно заняться мне в лесу?

Дети советуют.

КП: Ребята! Спасибо, что вы помогли научить Эказябрика здоровому образу жизни. А что нового вы узнали за сегодня?

Ребята отвечают.

Э: Ребята, теперь я всех вас жду в моем лесу! Приходите скорее, ведь теперь я буду бодрый, веселый и здоровый! Я покажу вам самые красивые места и самых редких животных! Вы придете?

КП: Эказябрик, а ты говорил что у тебя есть подарки для ребят!

Э: Есть! Для всех ребят!

Дарят ребятам подарки. Прощаются.

СОГЛАСОВАНО:

Врач отдела по работе со службами скорой медицинской помощи Свердловской области, врач-педиатр высшей категории, преподаватель Свердловского областного медицинского колледжа _____ М.П. Ефремова