

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ЦДЮТиПВ»

_____ Степанов А.В.

ИГРА-ВИКТОРИНА «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»



ПОДГОТОВИЛА

РАХМАНИНА МАРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА,

ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Задачи: Игра-викторина по ЗОЖ нужна для углубления знаний о работе и строении некоторых органов тела, научить навыку самостоятельного поиска информации, сформировать культуру отдыха детей. Эта викторина по здоровому образу жизни с ответами. ЗОЖ является обязательной областью знаний для любого человека, так как от знаний по этому предмету зависит вся дальнейшая жизнь ребенка, совершая ошибки, вредные для здоровья, с детства, ко взрослому возрасту проблемы только усугубятся и походы по врачам не заставят себя долго ждать.

Дети!

Здоровье – это здоровый организм. А любой организм состоит из клеток. Ваша задача – сохранить и приумножить количество здоровых клеток.

Поэтому за правильно, успешно и полностью выполненное задание вы будете получать определенное количество здоровых клеток. А решать, каким числом здоровых клеток вас наградить, будет наше компетентное жюри, так называемый “банк донорских клеток” в составе: _____

Наибольшее количество клеток, которое может присудить жюри – 5.
Разделитесь на команды.

1 конкурс- Представление команд.

Нужно придумать название команды, в котором бы отражалась суть темы, и объяснить свой выбор.

Время на обдумывание- 3 мин.

2 конкурс - Разминка.

Рассказ о всемирном дне зрения. 17 лет, как праздник отмечается по предложению ВОЗ каждый второй четверг в октябре месяце. Целью праздника является привлечение внимания к проблеме зрения, что важно, ведь в современном мире все постоянно контактируют с техникой и излучением, компьютерами и планшетами. Все вопросы будут касаться зрения.

1. Почему крокодилы плачут во время еды? (железы глаз так выводят соли)

2. Почему быки злятся, когда видят красный цвет? (не злятся, они его не различают, их раздражает движение тряпки, т.к. они близоруки)
3. Где живет больше всего темноглазых жителей? (Португалия и Турция)
4. А где наибольшее количество светлоглазых? (Финляндия, Польша, Швеция, Прибалтика)
5. Правда ли, что мозг страуса меньше глаза? (Да)
6. Правда ли, что мужчины и женщины страдают дальтонизмом в равной степени? (Нет, мужчины страдают им чаще в десять раз)
7. Какой врач лечит глаза? (офтальмолог)
8. Болезнь, при которой вам плохо видны далекие предметы и хорошо близкие? (близорукость)

3 конкурс — «Спорт и питание»

Он содержит вопросы о спорте и питании, как о второй важнейшей составляющей правильного образа жизни, влияющего на здоровье напрямую. Проходить его команды будут, поочередно отвечая на вопросы .

1. Фрукт для лечения температуры? (Лимон, Малина)
2. Когда закаляться лучше всего? (летом)
3. Каким спортом можно заниматься зимой? (произвольный ответ)
4. Можно ли давать другим свою расческу/помаду/полотенце? (нет, можно заразиться кожным заболеванием)
5. Можно ли пить из лужи? (нет, в критических условиях лучше соорудить простейший фильтр)
6. Почему не стоит гладить бездомных животных? (много паразитов может передаться)
7. Какие самые вредные продукты вы знаете? (чипсы, лимонады и прочее)
8. Вреден ли макдоналдс? (не вреден при очень редком употреблении в ограниченном количестве)
9. В какое время суток лучше совершать ежедневную пробежку? (вечером по мнению большинства врачей)
10. Основная причина смерти во время приема наркотических веществ, даже впервые? (Передозировка)
11. Наркотики уничтожают клетки белков, ответственные за иммунную систему, так как при приготовлении их используют всевозможные растворители. Какой орган, значит, страдает первым? (Печень)
12. Народная мудрость учит нас, что это приносит одну радость, но сто видов горя. Что это? (Алкоголь)
13. Самое распространенное и доступное всем наркотическое вещество? (Никотин)
14. Какая возрастная группа виновата в ежегодных вспышках эпидемий гриппа? (Школьники)
15. Самая распространенная на всей планете заразная болезнь? (Насморк)
16. А незаразная? (кариес)

17. Как называется положение тела при любом действии? (осанка)

4 конкурс - «Пороки и достоинства» включает в себя выяснение учащимися понятия «пороки» и противопоставления его понятию «достоинства». Так, в задании дети к перечисленным порокам ищут слова-антиподы, т.е. достоинства.

Пороки
Курение
Пьянство
Лень
Наркомания
Лживость
Трусость
Подлость
Воровство
Грубость
Жадность
Высокомерие
Распущенность

5 конкурс «Изобрази поговорку» заключается в изображении поговорок поочередно то одной, то другой командой. Пока 1 команда изображает поговорку, 2 команда должна ее отгадать. За пантомиму и правильный ответ по 1 баллу начисляется обеим командам.

Поговорка
“После первой рюмки пьяница похож на павлина, после второй на обезьяну, а потом превращается в свинью”.
“Целовать курящую женщину все равно, что целовать урну”.

“Вино входит – разум выходит”.
“Муж пьет – полдома горит, жена пьет – весь дом горит”.
“Пьяному море по колено, а лужа по уши”.
“С пьяным водиться, что в крапиву садиться”.
“В вине тонет больше людей, чем в море”.
“Водка и мудреца делает дураком”.

6 конкурс - «Кто быстрее?» - 5 мин. предполагает ряд вопросов, связанных с табако- курением, на которые команды должны ответить.(команды получают карточки)

Вопрос	Ответ
<p>Назовите родину табака?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Южная Америка 2. Южная Африка 3. Южный полюс 	Южная Америка
<p>В какой стране табак в 16 веке был объявлен "забавой дьявола"?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Испания 2. Италия 3. Бразилия 	Италия
<p>Екатерина Медичи использовала нюхательный табак, как лекарственное средство от:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Насморка 2. Мигрени 3. Простуды 	Мигрени
<p>Большие дозы никотина действуют подобно яду:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мышьяку 2. Кураре 3. Синильной кислоте 	Кураре
<p>Назовите самый популярный способ употребления табака в США до 19</p>	Жевание

века 1. Курение 2. Нюхание 3. Жевание	
Кого называют "курильщиками поневоле"? 1. тех, кто находится в обществе курящих 2. тех, кого заставляют курить принудительно 3. тех, кто курит в тюрьме	тех, кто находится в обществе курящих
В 1934 году во Франции, городок Ницца компания молодёжи устроили соревнования: кто выкурит больше папирос. Двое "победителей" не смогли получить приз, т.к. скончались на месте, выкурив по: 1. 40 папирос 2. 60 папирос 3. 80 папирос	60 папирос
Книга, написанная английским королем Яковом Первым в 1604 году называлась 1. "О вреде табака" 2. "О пользе курения" 3. "Об истории трубки"	"О вреде табака"

7 конкурс - «Мы за здоровый образ жизни»

Из листка бумаги сделать открытку, на которой нужно написать хорошие привычки, которые ваша команда сегодня имеет (роза) и вредные привычки, с которыми еще нужно бороться. (*Кактус*).

На задание отводится 5 мин.

8 конкурс – «Поэтический».

На карточках есть начало выражения, требуется подобрать рифму.

“Чтоб здоровым быть всегда...”

“Если хочешь долго жить...”

