Муниципальное образование

«ГОРОД ТАГАНРОГ»

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение лицей № 7

347913 Ростовская область г. Таганрог ул. Большая Бульварная, 2

тел. 64-08-01, 64-09-21

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **СЦЕНАРИЙ « ЛИЦЕЙ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ».**

Игра проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, обучения ребят работе в группе, выявления и развития творческих и физических способностей обучающихся. Игра предполагает путешествие в страну «Здоровья» и выполнение заданий на станциях: «Споемте, друзья», «Неспортивные песни о спорте», «Неспортивное о спорте», «Поэтический», «Друг карандаш», «Здоровье», «Носок-пятка», «Медицинский», «Зелёная аптека», «Аппетитная», «Ромашка», «Умники и умницы», «Спорт – это здорово», «Меткий», «Пищеварение и питание».

Перед началом игры каждой команде выдается маршрутный лист, на котором указаны названия станций и маршрут передвижения. На каждой станции находится педагог, который оценивает ответ и отмечает в маршрутном листе. Все команды начинают маршрут одновременно. Команда, набравшая максимальное количество баллов, является победителем игры и награждается призом.

**Цель:**

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Интерактивная демонстрация возможностей по укреплению здоровья.
3. Создать комфортную ситуацию для творческого самовыражения учащихся, проявления их активности.

**Ведущий 1:** Здравствуйте, дорогие лицеисты! Мы рады видеть всех Вас сегодня на спортивном празднике!

**Ведущий 2:** Сегодня мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – « Лицей – территория здоровья»!

**Ведущий 1:** Наш лицей превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий 2:** Здоровье - это главное, что необходимо охранять и укреплять. Однако порой мы не знаем, как это сделать, или не обращаем на это внимание. Здоровье в большей степени зависит от самого человека, от его образа жизни и стиля поведения.

**Ведущий 1:** Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

**Ведущий 1:** Чтобы не был хилым, вялым,

Не лежал под одеялом,

Не хворал и был в порядке,

Делай каждый день зарядку.

**Ведущий 2:** Позабудь про телевизор.

Марш на улицу гулять.

Ведь полезней для здоровья

Свежим воздухом дышать.

**Ведущий 1:** Нет – плохому настроенью,

Не грусти, не хнычь, не плачь.

Пусть тебе всегда помогут

Лыжи, прыгалки и мяч.

Хоть не станешь ты спортсменом –

Это, право, не беда.

Здоровый дух в здоровом теле

Пусть присутствует всегда!

**Ведущий 2:** Будешь радостным и добрым

Летом и среди зимы,

Если сможешь подружиться

С физкультурой, как и мы.

**Ведущий 1:** Обливайся, закаляйся,

Физкультурой занимайся.

Будешь ты всегда здоров,

Проживешь без докторов.

Если ты здоров и весел,

Мир вокруг тебя чудесен!

**Ведущий 2:** Сегодня вам предстоит окунуться в интереснейшую игру *Ход*игры :

1.     Каждому классу раздается маршрутный лист с названиями станций и очередностью прохождения каждой станции.

3.     Классы вместе с классным руководителем, согласно маршрутному листу, посещают станции и участвуют в предложенных мероприятиях.

4.     На каждой станции - организаторы выставляют в маршрутных картах отметки, баллы за выполненное задание.

5.     Пройдя все станции, участники сдают маршрутные листы главному жюри и собираются в спортивном зале.

**Ведущий 1:** Представляем жюри сегодняшнего мероприятия:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Клятва жюри**: Мы торжественно обещаем:

быть честными и доброжелательными,

справедливыми и бескорыстными,

вежливыми и внимательными.

И пусть победит сильнейший.

**Гимн**

**Ведущий 2:** Теперь пришло время познакомиться с командами участниками в сегодняшней игры.

*Команды представляют свое название, девиз.*

**Ведущий 1:** Капитаны получите маршрутные листы и отправляйтесь в путешествие по станциям здоровья.

**Ведущий 2:** Впереди вас ждет яркая и захватывающая игра.

Желаем всем удачи и побед!!

***Станция №1 «Споемте, друзья»***

За 3 минуты необходимо вспомнить и напеть как можно больше песен, где встречаются слова «спорт», «здоровье», «солнце», «воздух», и где есть названия различных видов спорта или призывы к здоровому образу жизни.

***Станция №2 «Неспортивные песни о спорте»***

 Требуется подобрать к каждой строчке из популярной песни вид спорта, о котором они упоминают.

|  |  |
| --- | --- |
|   | ОТВЕТ |
| Мы на лодочке катались… | Академическая гребля |
| Вот кто-то с горочки спустился… | Лыжный спорт |
| Мои мысли мои скакуны… | Шахматы, шашки |
| Я по жизни загулял, словно в темный лес попал… | Спортивное ориентирование |
| Твоя вишневая «девятка» меня совсем с ума свела… | Автомобильные ганки |
| Не думай о секундах свысока… | Бег на короткие дистанции |
| Кони в яблоках, кони серые… | Конный спорт |
| Я буду долга гнать велосипед… | Велогонки  |

***Станция №3 «Неспортивное о спорте»***

Необходимо дописать по горизонтали недостающие буквы, чтобы получились слова, в которых слово «спорт» является составной частью.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| П | А | **С** | **П** | **О** | **Р** | **Т** |
| Э | К | **С** | **П** | **О** | **Р** | **Т** |
| Т | Р | А | Н | **С** | **П** | **О** | **Р** | **Т** |
| **С** | **П** | **О** | **Р** | **Т** | С | М | Е | Н |
| Т | Р | А | Н | **С** | **П** | **О** | **Р** | **Т** | И | Р |

***Станция №4*** *«* ***Поэтический конкурс»***

Команде раздаются карточки, на которых есть начало выражения, требуется придумать его окончание:

* Чтобы часто не болеть…
* Чтоб здоровым быть всегда…
* Если хочешь долго жить…

***Станция №5 «Друг – карандаш» (курение)***

Для этого конкурса необходимы альбомный лист или ватман, цветные карандаши или маркеры разных цветов. Каждая команда рисует плакат на тему «Мы за здоровый образ жизни».

* Принимает участие вся команда: первый начинает, рисует один элемент, второй продолжает, затем по очереди следующие члены команд, и, наконец, последний заканчивает. После завершения этого конкурса капитан каждой команды представляет плакат жюри.

***Станция №6 «Здоровье». ЗОЖ***

Команде за 1 минуту необходимо к каждой букве слова «ЗДОРОВЬЕ» подобрать как можно больше других слов, имеющих отношение к здоровому образу жизни. За правильный ответы на каждую букву – 0,5 баллов.

З - зарядка, закалка, задор и т.д

Д - диета, душ, дорожка, доктор .

О - отдых, обед, оптимизм и т.д.;

Р - режим, работа и т.д.;

О - операция, олимпиада, облик.

В - вода, витамины, выносливость.

Е - езда, еда.

***Станция №7 «Носок - пятка».***

Все участники становятся в круг так, чтобы носок упирался в пятку впереди стоящему. Затем все начинают в таком положении медленно приседать, получается, что каждый участник садится на колени предыдущему. Самое сложное – одновременно встать и не упасть. Цель конкурса: проявить командное чувство локтя.

***Станция №8 ломанные кривые «Медицинский»***

Вниманию участников предлагается таблица, в которой зашифрованы названия различных медицинских средств. Участникам необходимо расшифровать их с помощью ломаных кривых. Время на выполнение задания - 3 минуты. Задание понятно? Время пошло.

За правильный ответы – 1 балл.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Т** | **К** | **А** | **Н** | **Т** | **Ь** | **Р** |
| **E** | **П** | **Б** | **И** | **С** | **Т** | **Ы** |
| **П** | **И** | **Д** | **Л** | **А** | **Е** | **3** |
| **Г** | **Й** | **О** | **П** | **О** | **Л** | **Е** |
| **Р** | **К** | **А** | **Й** | **К** | **К** | **Н** |
| **Е** | **Л** | **Л** | **Е** | **?** | **А** | **Ь** |
| **Н** | **А** | **Ш** | **А** | **Т** | **Ы** | **Р** |

**Ответы:** пипетка, йод, лейкопластырь,нашатырь,зеленка, грелка, бинт.

***Станция №9 «Зелёная аптека» НАРКОТИКИ***

Давно известно, что любое лекарство – есть яд, любой яд - есть лекарство. Всё зависит от дозы. К сожалению, есть растения, которые имеют одурманивающее свойство. Но сейчас мы поговорим о лекарственных растениях. О каком растении идёт речь?

Вопросы:

• Этой траве приписывается колдовская сила, и пучок сухой травы полагалось вывешивать перед входом в дом, чтобы предохранить жилище от диких зверей и привидений. Она обладает выраженным вяжущим, противомикробным, а также кровоостанавливающим действием. (Зверобой)

• Целебные свойства этого растения известны человеку с незапамятных времён. Настойка его корня - хорошее успокоительное средство. В народной медицине применяется при истерии, мигрени, болях в сердце, эпилепсии. (Валериана)

• Говорят, что в зарослях этого кустарника лесные гномы прячут своё богатство. И в самом деле, ягоды его не только очень вкусны, но и чрезвычайно полезны. Особенно хорошо они помогают при заболеваниях глаз. (Черника)

• В медицине используются сок, почки, листья этого дерева. Настой и отвар почек обладают мочегонным, антисептическим, желчегонным свойствами. Настой из молодых листьев применяют как мочегонное средство и при расстройстве нервной системы. Сок применяют при подагре, артритах, ревматизме, цинге. (Берёза)

- В этом растении много аскорбиновой кислоты, каротина, витамина К, способствующих свертыванию крови. В медицине она применяется как поливитаминное средство, при легочных, кишечных и других кровотечениях, при диабете. Ответ: Крапива.

- Целебное растение из Южной Африки. Мякоть листа заживляет ранки и ожоги. Другое его название столетник. Ответ: Алоэ.

- Почки этого хвойного дерева используют в народной медицине. Из свежих игл изготовляют напиток, богатый витамином С. Ответ: Сосна.

- Это растение, с шипами и красивыми цветами, придает человеку силы и снабжает организм витаминами. Ответ: Шиповник.

***Станция №10*  «Аппетитная»**

Эта станция для тех, кто любит отгадывать загадки, и очень любознателен.

Овощ этот очень крут! Эти резные листочки

Убивает всех вокруг. Лечат сердечко и почки.

Помогут фитонциды Улучшают аппетит,

От оспы и чумы. Боль прогонят, где болит.

И вылечить простуду Быстро смывают веснушки,

Им тоже сможем мы. И лысины нет на макушке.

*(Лук)* *(Петрушка)*

Листья – будто кружева, Форма семян - будто органы тела.

Украшенье для стола. Издавна знахари знали всё это.

Повышают аппетит, Это-источник белка для спортсмена.

Придают здоровый вид. Это-лекарство для органов тела.

Круглый год лечение, Лечат и печень, и почки.

И всё от воспаления. *(Укроп)* Гладкими будут и щечки.

 От диабета спасенье,

 И для толстушек леченье. *(Фасоль)*

 Был листок зеленый –

 Черным стал, томленым,

 Был листочек зубчатым –

 Стал листочек трубчатым.

 Был он на лозине

 Стал он в магазине. *(Чай)*

***Станция №11 «Ромашка»***

Нужно продолжить. Дописать на лепестках ромашки и приклеить.

1. В здоровом теле (здоровый дух)
2. Голову держи в холоде, (а ноги в тепле)
3. Курить – (здоровью вредить)
4. Быстрого и ловкого (болезнь не догонит)
5. К слабому и болезнь (пристает)
6. Пешком ходить – долго (жить)
7. Солнце, воздух и вода – (наши верные друзья).

***Станция №11 Умники и умницы. КУРЕНИЕ***

***Материалы***: карточки с пословицами, ручка. ***Процедура***: командам предлагается собрать  пословицы о здоровом образе жизни  и прочитать их.

***Система  оценки***:  оценивается количество правильно  воспроизведенных пословиц. Максимум-10 баллов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Курильщик |   | Сам себе могильщик |
| Табак и верзилу |   | Сведет в могилу |
| Табак- |   | Забава для дураков |
| Курить- |   | Здоровью вредить |
| Когда появляется табак |   | Удаляется мудрость |
| Поздороваешься с сигаретой |   | Попрощаешься с умом |
| Болен - лечись, |   | А здоров - берегись. |
| В здоровом теле - |   | Здоровый дух. |
| Если хочешь быть здоров - |   | Закаляйся. |
| Здоровье не купишь - |   | Его разум дарит. |

***Станция №12 «Спорт – это здорово!»***

 **«Башня».** Участникам необходимо построить башню из кубиков. Каждый участник по очереди берет на старте кубик, добегает до линии финиша – ставит кубик на другой кубик, таким образом, строит башню. Времени дается всего 2 минуты. За это время необходимо построить башню как можно выше. Сколько кубиков будет в башне, столько баллов получает команда.

***Станция №13 «Меткий».***

Участники каждой команды по очереди кидают дротиком в мишень. Каждому участнику дается 1 попытка. Общая сумма попаданий заносится в маршрутный лист.

***Станция «Спортивная»*** Перетягивание каната.

***Станция № 14 "Пищеварение и питание"***

Каждой команде выдается кроссворд и задание к нему. (11 баллов).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   |  |  | **1.** |  |  |  |  |  | **3.** |  |  |  |  |  | **4.** |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **6.** |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  | **5.** |  |  |  |  |  |  | **10.** |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  | **7.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  | **8.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **9.** |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |

По горизонтали:

1. Вещество, без которого человек умирает через 3-4 дня.
2. Питательные вещества, необходимые для роста организма, содержащиеся в мясе, рыбе, твороге.
5. Продукт питания, необходимый в большом количестве грудным детям.
8. Орган пищеварения в виде трубки, соединяющий рот и желудок.
9. Инструмент, помогающий заботиться человеку о зубах.
10. Соседка желудка справа от него.

По вертикали:

1. Полезные вещества, в большом количестве содержащиеся в овощах и фруктах.
3. Сильная нехватка еды, ощущаемая человеком.
4. Желание есть.
6. Помидор, огурец, лук, капуста…(общее понятие).
7. Орган, в котором пища начинает перевариваться.

**Ведущий 2:** Командам построится для подведения итогов соревнований.

 *Всем спасибо за вниманье*

 *За задор, за звонкий смех*

 *За огонь соревнованья*

 *Обеспечивший успех.*

**Ведущий 1:** Жюри готовы огласить итоги самых веселых соревнований.

 *(подведение итогов)*.

**Ведущий 2:** Для подведения итогов слово предоставляется председателю юри, директору лицея Нине Васильевне Земляненко

**Ведущий 2:** Вот и закончился наш спортивный праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем победителей игры!

**Ведущий 1:** Желаем Вам, цвести, расти,

Копить, крепить здоровье.

Оно для дальнего пути –

Главнейшее условие!

**Ведущий 2:** Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

***Маршрутый лист***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Название станций** | **Баллы** | **Примечание** | **Подпись ответственного по станции** |
| 1 |  |   |   |   |
| 2 |  |   |   |   |
| 3 |  |   |   |   |
| 4 |  |   |   |   |
| 5 |  |   |   |   |
| 6 |  |   |   |   |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |

**Итоговая (сводная) таблица**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название команды** | **Общее количество баллов** | **Примечание** | **Подпись руководителя игры** |
| **1.** |  |  |  |
| **2.** |  |  |  |
| **3.** |  |  |  |
| **4.** |  |  |  |
| **5.** |  |  |  |
| **6.** |  |  |  |
| **7** |  |  |  |
| **8** |  |  |  |
| **9** |  |  |  |
| **10** |  |  |  |
| **11** |  |  |  |