**Министерство образования и молодежной политики Свердловской области**

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение

Свердловской области

**«Туринский многопрофильный техникум» (ГАПОУ СО «ТМТ»)**

**СЦЕНАРИЙ УРОК - ИГРЫ**

**«ЗНАТОКИ ЗДОРОВЬЯ»**

(Посвящённый к Всемирному Дню здоровья)

****

Выполнила:

педагог - библиотекарь

Тареева Елена Васильевна.

г. Туринск, 2024 г.

**Разработка урок – игры для обучающихся с ограниченными возможностями «Знатоки здоровья»**

**Цель**: продолжить формирование понятия «здоровье»

**Задачи:**

1. Сформировать представление о значении знаний о человеке для сохранения и укрепления его здоровья;
2. развивать познавательный интерес обучающихся к социальной адаптации;
3. способствовать расширению кругозора;
4. развивать творческую активность;
5. формировать дружеские отношения.

**Формы организации деятельности обучающихся:** групповая работа, совместное творчество.

**Возраст обучающихся:** 1, 2 курс.

**Место и время проведения:** библиотека ГАПОУ СО «ТМТ».

**Оборудование:** Компьютер,презентация, жетонны,2 ручки и листочка.

**Ход урока**

**Ведущий:** До начала урока разделить группу на 2 команды. Каждая группа придумывает свое название.

Здравствуйте! (слайд 1)

Сегодня мы с вами отметим Всемирный день здоровья – 7 апреля. Ежегодное проведение Дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Мероприятия Дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. А здравоохранительные организации призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше. (слайд 2)

В 2017 году темой кампании по проведению Всемирного дня здоровья –депрессия! От неё страдают люди всех возрастов, всех категорий населения и во всех странах. Депрессия причиняет психические страдания, негативно отражается на способности человека выполнять даже самые простые повседневные задачи и иногда может иметь катастрофические последствия для взаимоотношений человека с близкими и друзьями, а также способности человека зарабатывать себе на жизнь. В крайних случаях депрессия может привести к самоубийству – на сегодня она является второй ведущей причиной смерти среди людей в возрасте 15-29 лет. Тем не менее, депрессия подаётся профилактике и лечению. Поэтому общая цель мероприятий – сделать так, чтобы как можно больше людей, страдающих депрессией, во всех странах обращались за помощью и получали ее. (слайд 3)

**Ведущий:** Сегодня мы с вами поиграем и вспомним в ходе игры знания об особенностях нашего организма потому, что эти знания нужны, чтобы сохранить наше здоровье и здоровье близких людей (слайд 4).

**1 конкурс «Здоровье дороже денег»**

**(2 листа и ручки)**

Вспомните пословицы и поговорки о здоровье. Вставьте пропущенные слова. Каждая команда отвечает на своих листах. За правильный ответ – 1 жетон. На выполнение 3 минуты. Дополнительно 1 жетон команде, которая быстрее всех ответит на листе. (Приложение №1)

1.В здоровом теле, здоровый...

2. Держи голову в …, живот в …, а ноги в ...

3. Заболел живот, держи...

4.К слабому и болезнь ...

5. Любящий чистоту будет...

6. Поработал...

7. Быстрого и ловкого болезнь....

8. Землю сушит зной человека...

**Проверяем** (слайд 5):

1.В здоровом теле, здоровый дух.

2. Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.

3. Заболел живот, держи закрытым рот.

4. К слабому и болезнь пристает.

5. Любящий чистоту будет здоровым.

6. Поработал, отдохни.

7. Быстрого и ловкого болезнь не догонит.

8. Землю сушит зной, человека болезнь.

**2 конкурс «Науки для здоровья»**

Выполните соответствие «название науки – что изучает» на выполнение 3 минуты (слайд 6).

|  |  |
| --- | --- |
| **1.Анатомия** | **А. Влияние окружающей среды на организм** |
| 2. Гигиена | Б. Строение организма и органов |
| 3. Физиология | В. Сохранение и укрепление здоровья |
| 4. Экология | Г. Процессы жизнедеятельности организма |

Отвечает каждая команда по очереди за правильное соотнесение 1 жетон. **Ответы: 1б, 2в, 3г, 4а.**

**Конкурс 3 «Угадай орган и значение»**

( 2 листочка и ручки)

Каждая команда определяет 6 органов и какие функции они выполняют. На выполнение 10 минут, за каждую функцию и правильно названный орган – 1 жетон. (слайд 7)

**Ответы:**

- головной мозг – высшая нервная деятельность, связь организма с окружающей средой, объединение всех органов и систем в единое целое.

-желудок – расщепление белков, обеззараживание пищи под действием соляной кислоты.

- печень – защитная (обезвреживает яды), выработка желчи, поддерживает постоянство содержания глюкозы в крови.

- почки – синтез биологически активных веществ, очищение крови.

- сердце – функция кровообращения.

- легкие – функция дыхания.

**4. Конкурс «Что такое хорошо, что такое плохо?»**

Каждой команде предлагаются картинки, должны определить вредно это для здоровья или нет и объяснить почему. За правильное рассуждение 2 жетона. (слайд 8), (слайд 9)

**Ответы:**

- физкультура, зарядка – положительно, развивается опорно-двигательная система, улучшается кровообращение, метаболизм.

- компьютер – долго – вредно, в сутки около 1 часа - норма. Особенно для работы глаз, развивается гиподинамия.

- фаст-фуд – плохо, ведет к ожирению.

- фрукты, овощи, витамины – улучшается пищеварение, укреплению иммунитета.

- диспансеризация – хорошо, помогает выявить на ранних этапах заболевания.

- курение – плохо – разрушаются легки, затрудняется кровообращение, дыхание.

**5. Конкурс «Вкусно и полезно»**

Задаются вопросы. Кто быстрее даст правильный ответ. За каждый правильный ответ 2 жетона. (слайд 10)

1. Вопрос: Исследования показали, что этот сладкий продукт может повысить ваши способности к математике.

**Ответ:** Шоколад

1. Вопрос: Какое молоко является самым географически распространенным в мире? (слайд 11)

**Ответ:** Козье молоко. Поскольку козы могут жить и кормиться там, куда ни одна корова не забредет.

1. Вопрос: Этим злаковым питается половина населения земного шара. В России это злаковое известно со Средневековья под названием «сарацинское пшено», но массово выращивать его начали только в XIX веке. (слайд 12)

**Ответ:** Рис

1. Вопрос: Этот корнеплод сначала выращивали не ради сладкого корня, а для получения ароматных зерен и зелени, которые использовались как специи и лекарства. В Европе этот корнеплод считается овощем и фруктом одновременно. Португальцы, например, из него производят и продают джем. (слайд 13)

**Ответ:** Морковь

1. **Конкурс «Вопрос - Ответ» (слайд 14-21)**

1. Что нужно чистить щеточкой утром и вечером? (Зубы)

2. Что делают утром и вечером вместе с чисткой зубов. (Умывают лицо)

3. Соблюдение чистоты и стерильности. (Гигиена)

4. Как называется регулярная физическая нагрузка, укрепляющая здоровье. (Спорт, физкультура)

5. Утренняя легкая гимнастика. (Зарядка)

6. Спортивный снаряд, на котором отжимаются. (Турник)

7. Что нужно мыть перед едой. (Руки)

8. Регулярность действий в одно и то же время. (Режим дня)

9. Приучение организма к прохладным условиям, постепенное снижение температуры воды или воздуха. (Закаливание)

10. Оздоровительные действия, выполняемые в воде или связанные с водой. (Водные процедуры)

11. Почему нельзя нырять и купаться в незнакомых местах. (Можно получить травму, ударившись о дно или камни)

12. Регулярная гигиеническая процедура, связанная с уходом за волосами. (Мытье головы)

13. Что еще нужно регулярно делать с волосами, чтобы они выглядели хорошо. (Стричься и мыть голову)

14. Полезное пребывание на солнце. (Солнечные ванны)

15. Пребывание на солнце, вызывающее потемнение кожи. (Загорание)

16. Почему нельзя заплывать на глубину. (Можно утонуть)

17. Ночной или дневной отдых для организма, полный покой. (Сон)

18. Плохая и некрасивая привычка, связанная с ногтями. (Грызть ногти)

19. Достаточное употребление в пищу полезных продуктов и ограничение вредных. (Правильное питание)

20. Передерживание определенных норм в питании и отказ от неприемлемых продуктов. (Диета)

21. Что очень любят дети, но в большом количестве это вредно. (Сладости)

22. Чем нельзя вытирать рот, глаза. (Грязными руками, рукавом одежды)

23. Чем правильно вытирать рот, глаза, ладони. (Чистой салфеточкой из упаковки)

24. Полезное пребывание на свежем воздухе. (Воздушные ванны)

25. Активное пребывание и движение на воздухе. (Прогулки)

26. Какой должна быть одежда. (Чистой и по размеру)

27. Как нужно одеваться зимой. (Тепло)

28. Что нужно обязательно одевать зимой. (Шапку, шарфик, варежки)

29. Почему нельзя в холодное время мочить ноги. (Можно простудиться и заболеть)

30. Чем нужно пользоваться во время дождя, чтобы не промокнуть. (Зонтом, плащом — дождевиком)

31. Чем проявляется простуда. (Болью в горле, насморком, кашлем, температурой)

32. Почему нельзя стоять на сквозняке и под кондиционером. (От этого можно простудиться)

33. Чем может проявляться отравление. (Болью в животе, тошнотой, рвотой)

34. Почему нельзя пить некипяченую воду и молоко. (Потому что там могут быть вредные бактерии, от которых можно заболеть)

35. Почему овощи и фрукты нужно мыть перед едой. (Чтобы смыть или уничтожить микробы)

36. Почему нельзя есть пищу, упавшую на пол. (Потому что она грязная)

37. Чем нельзя играться детям. (Спичками, зажигалкой, градусником, лекарствами)

38. Почему нельзя играть градусником. (Потому что если он разобьются, то ртутью можно отравиться)

39. Что нужно сделать с ранкой или царапиной. (Продезинфицировать и заклеить пластырем)

40. К чему может привести еда таблеток. (К отравлению и смерти)

41. Почему нельзя долго сидеть за компьютером и говорить по мобильному телефону. (Потому что они дают вредное излучение)

42. Почему нельзя расчесывать укусы комара. (Можно расчесать до крови и занести инфекцию)

Подведение итогов. Вручение вкусных призов.

**Домашнее задание:** Составить кроссворд на тему «Здоровье».

**Список источников литературы**

1. Быть здоровым- здорово. – Режим доступа: <https://profilaktika.tomsk.ru/naseleniyu/stati/zoj/byt-zdorovym-zdorovo/>
2. Всемирный день здоровья - 7 апреля. - Режим доступа: <http://www.calend.ru/holidays/0/0/2875/>
3. Паршутина Л.Л. Естествознание. Биология: учебное издание / Л.Л. Паршутина. – М.: Академия, 2023. – 352 с.
4. Пасечник В.В., Каменский А.А., Рубцов А. М. и др. Биология, 10 класс. Базовый уровень: учебное пособие / Под ред. Пасечника В.В. - М.: Просвещение, 2024. – 240 с.
5. Правильное похудение и здоровый образ жизни. - Режим доступа: <http://www.pravilnoe-pokhudenie.ru/citity-o-zdorovje.shtml>

Приложение № 1

**1 конкурс «Здоровье дороже денег»**

1 команда

1.В здоровом теле, здоровый...

2. Держи голову в …, а ноги в ...

3. Заболел живот, держи...

4.К слабому и болезнь ...

5. Любящий чистоту будет...

6. Поработал...

7. Быстрого и ловкого болезнь....

8. Землю сушит зной человека...

**Слова для справок:** холоде, тепле, отдохни, дух, закрытый рот, болезнь, будет здоровым, болезнь не догонит, пристаёт.

2 команда

1.В здоровом теле, здоровый...

2. Держи голову в …, живот в …, а ноги в ...

3. Заболел живот, держи...

4.К слабому и болезнь ...

5. Любящий чистоту будет...

6. Поработал...

7. Быстрого и ловкого болезнь....

8. Землю сушит зной человека...

**Слова для справок:** холоде, тепле, отдохни, дух, закрытый рот, болезнь, будет здоровым, болезнь не догонит, пристаёт.