

**Программа детского
пришкольного
оздоровительного лагеря
«Ак бота»**

Информационная карта программы

1	Номинация, по которой представляется программа	Дистанционный интернет – конкурс «Мое лето в окружении юных друзей»
2.	Полное название программы	Комплексная программа летнего пришкольного оздоровительного лагеря с «Ак бота»
2	Цель программы	Создать благоприятные условия для укрепления здоровья и организации досуга учащихся во время летних каникул, развитие творческого и интеллектуального развития потенциала личности, творческой активности с учетом собственных интересов, наклонностей и возможностей.
3	Направления содержания деятельности программы лагеря	Смена лагеря «Летняя сказка» включает следующие направления: - физкультурно – оздоровительное, - социальное, - художественно – творческое, - образовательное, - эстетическое, - патриотическое, - досуговое.
4	Ожидаемый результат	- повышение двигательной активности будет способствовать укреплению здоровья и физическому развитию детей; - удовлетворить потребности детей и родителей в полноценном отдыхе; - воспитание общей культуры учащихся посредством развития эмоционально-волевой сферы ребенка, креативности его мышления и реализации творческого потенциала ребенка в разнообразных сферах деятельности; - становление социально-адаптированной личности с активной жизненной позицией человека, как гражданина и патриота своей страны
5	Автор программы	Деминская Оксана Витальевна
6	Общеобразовательное учреждение, представившее программу	КГУ сш №8 с ДМЦ
7	Адрес, телефон	
9	Возраст участников программы	7 – 12

Содержание программы:

Пояснительная записка	5
Цель и задачи программы	6
Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены ...	6-8
Концептуальный подход	9
Формы и методы работы	9-10
Этапы реализации программы	10-11
Направления и виды деятельности.....	12
Ожидаемые результаты	18
Приложение.....	22
Список используемой литературы.....	133

Пояснительная записка

Проблема организации летнего досуга всегда остро стояла и стоит перед администрацией и коллективом школы. А летние каникулы составляют значительную часть годового объёма свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребёнку полноценный, правильно организованный отдых.

Летний пришкольный лагерь помогает использовать период летнего отдыха учащихся для укрепления здоровья, развития физических сил, обогащения знаниями и новыми впечатлениями.

Такая форма активного отдыха содействует развитию и сплочению, как временного детского коллектива, так и создает основу для развития социального интеллекта учащегося и применения полученного опыта взаимодействия в любом коллективе, в том числе в последующей учебной деятельности.

Создаются большие возможности для организации неформального общения. Неформальность же обстановки позволяет организовать и развивать самостоятельность ребят, воспитывать личностные качества, формировать активность, обучать разнообразным умениям и навыкам.

Большая роль отводится организации занятости детей в летний период времени, остающихся в городе, как мощная превентивная форма против безнадзорности, асоциального и аддитивного поведения подростков.

Разработка данной программы организации каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный и содержательный отдых школьников в условиях города;
- необходимостью завершения реализации групповых и индивидуальных воспитательных траекторий;
- обеспечением преемственности в содержании работы лагеря предыдущих лет;
- модернизацией старых форм воспитательной работы и введением новых;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала подростков и педагогов в реализации цели и задач программы.

Данная программа имеет цель и задачи, в ней указаны принципы, на которые она опирается, описаны ожидаемые результаты. В программе есть «Устав» лагеря, где прослеживаются правовые взаимоотношения педагогов и детей. Кроме этого в программе представлены законы и правила, песня лагеря.

Цель и задачи программы

Цель – создать благоприятные условия для укрепления здоровья и организации досуга учащихся во время летних каникул, развитие творческого и интеллектуального развития потенциала личности, творческой активности с учетом собственных интересов, наклонностей и возможностей.

Задачи:

1. Создание условий для организованного отдыха детей.
2. Приобщение ребят к творческим видам деятельности, развитие творческого мышления.
3. Формирование культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры.
4. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья детей, использование окружающей природы в качестве источника оздоровления ребёнка.
5. Организация среды, предоставляющей ребёнку возможность для самореализации на индивидуальном личностном потенциале.
6. Формирование у ребят навыков общения и толерантности.

Принципы, используемые при планировании и проведении лагерной смены

Программа летнего оздоровительного лагеря «Ак бота» с дневным пребыванием детей опирается на следующие принципы:

Принцип гуманизации отношений

Построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к ребёнку, родителям, сотрудникам лагеря необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности

Результатом деятельности воспитательного характера в оздоровительном лагере «Летняя сказка» является сотрудничество ребёнка и взрослого, которое позволяет воспитаннику лагеря почувствовать себя творческой личностью.

Принцип дифференциации воспитания

Дифференциация в рамках летнего оздоровительного лагеря предполагает:

- ✓ отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей;

- ✓ создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены (дня);
- ✓ взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематики дня;
- ✓ активное участие детей во всех видах деятельности.

Принцип комплексности оздоровления и воспитания ребёнка.

Данный принцип может быть реализован при следующих условиях:

- ✓ необходимо чёткое распределение времени на организацию оздоровительной и воспитательной работы;
- ✓ оценка эффективности пребывания детей на площадке должна быть комплексной, учитывающей все группы поставленных задач.

Принцип гармонизации сущностных сил ребёнка, его интеллектуальной, физической, эмоционально-волевой сфер с учётом его индивидуальных и возрастных особенностей.

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

- ✓ вариантности выбора способа реализации в различных видах деятельности;
- ✓ сочетание форм работы, учитывающих возрастные особенности детей;
- ✓ постоянной коррекции воздействий на каждого ребёнка с учётом изменений, происходящих в его организме и психике.

Принцип интегративно-гуманитарного подхода.

Этот принцип определяет пять «граней»:

- ✓ грань личностного восприятия («это затрагивает или может затрагивать лично меня»);
- ✓ грань сопричастности («этого достигли ребята, это им нужно – значит, это доступно и нужно мне»);
- ✓ грань глобального восприятия («это нужно знать всем – значит это важно и для меня; это относится к общечеловеческим ценностям»);
- ✓ грань ориентации на консенсус («Я признаю за другим право иметь свою точку зрения, я могу поставить себя на место других, понять их проблемы»);
- ✓ грань личной ответственности («я отвечаю за последствия своей деятельности для других людей и для природы»).

Принцип уважения и доверия.

Этот принцип может быть реализован при следующих условиях:

- ✓ добровольного включения ребёнка в ту или иную деятельность;

- ✓ доверие ребёнку в выборе средств достижения поставленной цели, в основном на вере в возможность каждого ребёнка и его собственной вере в достижении негативных последствий в процессе педагогического воздействия;
- ✓ в учёте интересов учащихся, их индивидуальных вкусов

Нормативно – правовые документы

В основе концепции программы лежат следующие нормативно – правовые документы:

- Конвенция о правах ребенка, ООН
- Всемирная Декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей 30.09.1990г.
- Положение о лагере дневного пребывания.
- Правила внутреннего распорядка лагеря дневного пребывания.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в школьном оздоровительном лагере.
- Инструкции по организации и проведению туристических походов и экскурсий.
- Приказы управления образования.
- Должностные инструкции работников.
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра.
- Заявления от родителей.
- Правила при поступлении детей и выбытии.
- Акт приемки лагеря.
- План работы.

Концептуальный подход

Изменение ценностных ориентаций заметно в настоящее время во всех сферах жизни общества. Решение ряда проблем в жизни страны во многом зависит от уровня сформированности гражданской ответственности, гражданской позиции у подрастающего поколения, потребности в духовно-нравственном совершенствовании, уважения к историко-культурному наследию своего народа и народа России. Духовность заключается в любящем отношении к другому, в приоритетности интересов другого над собственными, в утверждении своим отношением несравненной ценности другого. Духовность представляет собой в высшей степени сложную совокупность общечеловеческих норм и ценностей. Духовные ценности вырабатываются каждым человеком самостоятельно, а не усваиваются в готовом виде путем «извлечения» из книг или чужого опыта.

Основная деятельность лагеря дневного пребывания направлена на развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками. Детский лагерь, учитывая его специфическую деятельность, может дать детям определенную целостную систему нравственных ценностей и культурных традиций через погружение ребенка в атмосферу игры и познавательной деятельности дружеского микросоциума. Погружая ребенка в атмосферу лагеря, мы даем ему возможность открыть в себе положительные качества личности, ощутить значимость собственного «я»; осознать себя личностью, вызывающей положительную оценку в глазах других людей; повысить самооценку; выйти на новый уровень общения, где нет места агрессии и грубости.

Находясь в лагере дневного пребывания, дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Досуговая деятельность в лагере «Дружба» направлена на вовлечение детей в мероприятия с последующим выявлением их наклонностей и способностей.

Формы и методы работы

методы оздоровления:

- витаминизация;
- физиотерапия;
- закаливание;
- утренняя гимнастика;
- спортивные занятия и соревнования;
- беседы по гигиеническому воспитанию и профилактике травматизма;
- фитотерапия;

методы воспитания:

- убеждение;
- поощрение;
- личный пример;
- вовлечение каждого в деятельность;
- самоуправление;

методы образования:

- словесные методы (объяснение, беседа, рассказ, диалог).
- экскурсии;
- игра (игры развивающие, познавательные, подвижные, сюжетно-ролевые, народные, игры на развитие внимания, памяти, воображения, настольные, деловые игры);
- проектно-конструкторские методы (разработка проектов, программ, сценариев праздников, моделирование ситуации, создание творческих работ);
- практическая работа (упражнения, тренинги, учебно-исследовательская деятельность, камеральная обработка собранных материалов);
- наблюдения (запись наблюдений).

Формы организации деятельности детей:

- **Массовые**
- **Групповые**
- **Индивидуальные**
 - Праздники
 - Конкурсы
 - Экскурсии, походы
 - Спортивные соревнования
 - Отрядные огоньки
 - Беседы
 - Спортивно-оздоровительные процедуры
 - Создание и реализация проектов
 - Индивидуальные беседы
 - Выполнение учебно-исследовательских работ
 - Создание и реализация проектов

Этапы реализации программы:

По продолжительности программа является краткосрочной

I этап - подготовительный

Подбор кадров;

Проведение теоретических и практических занятий с воспитателями;

Подготовка методических материалов;

Подготовка материально-технической базы.

II этап – организационный

Формирование отрядов;

Знакомство с режимом работы лагеря и его правилами;

Оформление уголков отрядов;

Методическая работа с воспитателями;

III этап - содержательно-деятельностный

Знакомство с режимом работы лагеря и правилами жизни в нём;

Спортивно-оздоровительные мероприятия;

Познавательные мероприятия ;

Творческие мероприятия;

Трудовые десанты;

Профилактические беседы;

IV этап - контрольно-аналитический

Закрытие смены.

Обобщение итогов деятельности;

Сбор отчетного материала;

Размещение информации на стенде

Выпуск фотодневника лагеря, организация выставок творческих мастерских.

Направления и виды деятельности

Для реализации программы разработан механизм, который представлен в виде модулей:



Физкультурно – оздоровительный



Задачи

- Вовлечение детей в различные формы физкультурно-оздоровительной работы;
- Выработка и укрепление гигиенических навыков;
- Расширение знаний об охране здоровья.

Основные формы работы

- Утренняя гимнастика (зарядка)
- Спортивные игры на стадионе, спортивной площадке.
- Подвижные игры на свежем воздухе (Игры - вертушки «Разбойники и королевский замок», «Форд Боярд»)
- Эстафеты, спортивные мероприятия (спортивная игра «Веселые старты», «Чемпион»)
- Беседы, лекции «Мое здоровье» (с использованием ИКТ)

Методическое сопровождение

- Приложение
- Приложение
- Приложение

Художественно-творческий

МОДУЛЬ



Задачи

- Приобщение детей к посильной и доступной деятельности в области искусства, воспитывая у детей потребность, вносить элементы прекрасного в окружающую среду, свой быт.
- Формирование художественно-эстетического вкуса, способности самостоятельно оценивать произведения искусства, свой труд.
- Развитие творческих способностей детей.

Основные формы работы

- Изобразительная деятельность (оформление отряда «Наш отрядный дом», конкурс стенгазет и рисунков «Лето нашей мечты»)
- Конкурсные программы (Хит-парад «Юные звезды»)
- Творческие конкурсы («Лагерь – это мы!», «Самый фантастический проект»)
- Концерты
- Творческие игры на занятиях в кружках
- Выставки, ярмарки

Методическое сопровождение

- Приложение
- Приложение

Творческая деятельность – это особая сфера человеческой активности, в которой личность не преследует никаких других целей, кроме получения удовольствия от проявления духовных и физических сил.

Познавательно-интеллектуальный модуль



Задачи

- Расширение знаний детей и подростков об окружающем мире;
- Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений.

Основные формы работы

- Экскурсии.
- Тематические беседы
- Конкурс-игра «Поле чудес»
- Интеллектуальная игра «Самый умный»
- Загадки, кроссворды, ребусы
- Конкурсы рисунков, поделок

Методическое сопровождение

- Приложение

В условиях летнего отдыха у ребят не пропадает стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление к познанию нового, неизвестного, просто это стремление реализуется в других, отличных от школьного урока, формах. С другой стороны, ребята стремятся к практической реализации тех знаний, которые дала им школа, окружающая среда.

Определенный интерес у детей вызывают психологические тесты, которые помогают ребятам узнать о себе что-то новое.

Гражданско-патриотический

модуль



Задачи

- Воспитание школьников гражданами своей Родины, знающими и уважающими свои корни, культуру, традиции своей семьи, школы, родного края; от воспитания любви к родной школе и отчужденности к формированию гражданского самосознания, ответственности за судьбу Родины; Удовлетворение потребности ребенка в реализации своих знаний и умений.
- Приобщение к духовным ценностям истории.

Основные формы работы

- Интеллектуальный конкурс
- Подвижные игры.
- Тематические беседы
- Отрядные часы, расширяющие кругозор детей, помогающие ребенку осмыслить свое место в природе и усвоить такие ценности как «Отечество», «Семья».
- Конкурс рисунков на асфальте «Я люблю тебя, Казахстан»
- Беседа «Символика РК»

Методическое сопровождение

- Приложение

Досуговый модуль



Задачи

- Вовлечь как можно больше ребят в различные формы организации досуга.
- Организовать деятельность творческих мастерских.

Основные формы работы

- Мероприятия различной направленности
- Игры
- Проведение праздников, конкурсов, ток-шоу и т. д.
- Тематические сборы и линейки.

Методическое сопровождение

- Приложение

Досуговая деятельность – это процесс активного общения, удовлетворения потребностей детей в контактах. Творческой деятельности, интеллектуального и физического развития ребенка, формирования его характера. Организация досуговой деятельности детей – один из компонентов единого процесса жизнедеятельности ребенка в период пребывания его в лагере.

Ожидаемые результаты

В ходе реализации данной программы ожидается:

- ✚ Укрепление и оздоровление детского организма:
 - формирование полезных привычек (утренняя зарядка, соблюдение правил личной гигиены)
 - развитие физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости)
- ✚ Укрепление физических и психологических сил детей и подростков, развитие лидерских и организаторских качеств, приобретение новых знаний, развитие творческих способностей, детской самостоятельности и самодеятельности.
- ✚ Получение участниками смены умений и навыков индивидуальной и коллективной творческой и трудовой деятельности, социальной активности.
- ✚ Развитие коммуникативных способностей и толерантности.
- ✚ Приобретение новых знаний и умений в результате занятий (разучивание песен, игр, составление проектов)
- ✚ Расширение кругозора детей.
- ✚ Повышение общей культуры учащихся, привитие им социально-нравственных норм.
- ✚ Эмоциональная разгрузка, снятие напряжения после учебного года.
- ✚ Личностный рост участников смены.

Режим дня

8.30 – 8.45 Мы вам рады! (приём детей)

8.45 – 9.00 Что быть весь день в порядке,
надо сделать нам зарядку!

9.00 – 9.20 Нас столовая зовёт,
бутерброд отличный и компот!

9.20 – 10.30 Лишь услышим зов игры,
быстро на улицу выбежим мы,
ждёт нас здесь много забав интересных,
соревнований, прогулок чудесных!

10.30 -12.00 Лучше отряда нет места на свете –
знают воспитатели, знают и дети.
И если ты время посвятишь сей отряду
будет всем весело, будут все рады!
(Походы, экскурсии)

12.00 – 12.30 Кто – то любит танцевать,
кто – то петь и рисовать,
только бездельники час этот маются,
а все ребята в кружках занимаются.

12.30 – 12.50 Время обеда настало, и вот
Отряд за отрядом к столовой идёт...

12.50 – 13.00 Подведение итогов дня.
До свидания! До новых встреч!

План работы лагеря

ДЕНЬ	МЕРОПРИЯТИЯ
<i>День первый</i>	1 Экскурсия по лагерю «Разведшкола» 2. Игры на знакомство 3. Поход на «Коринский ключик».
<i>День второй</i>	1. Огонёк знакомства «Расскажи мне о себе». 2. Открытие лагеря. Спортивные состязания. 3. Оформление отрядного уголка, выборы органов самоуправления
<i>День третий</i>	1.Минутка здоровья. Инструктажи. 2. Изготовление «Экрана настроения» 3.Поход на «медвежью лапу»
<i>День четвёртый</i>	1. «Все сказки в гости к нам» 2. Экскурсия на погранзаставу. Военно-патриотическая игра «Красное знамя». 3. Занятие по безопасности «Один дома...»
<i>День пятый</i>	1.Минутка здоровья «Путешествие в страну Витамицию» 2. «Школа этикета» 3.Экскурсия по городу. 4.Развлечение на батутах
<i>День шестой</i>	1.Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге» 2.Подвижные игры. 3. Экскурсия в пожарную часть.
<i>День седьмой</i>	1.Минутка здоровья «Осанка – основа красивой походки» 2. Беседа «Как вести себя в лесу и у воды» 3. Поход в городской парк 4. Подвижные игры
<i>День восьмой</i>	1.Минутка здоровья «Правильное питание» 2. Спортивный марафон 3. Интеллектуальный конкурс «Самый умный»
<i>День девятый</i>	1.Минутка здоровья 2. Спортивная эстафета «Играй с нами, играй как мы, играй лучше нас» под девизом: «Мы за здоровый образ жизни» 3. Экскурсия на швейную фабрику «TEKSTILLINE» 4. Творческий конкурс
<i>День десятый</i>	1.Минутка здоровья. Беседа с медицинским работником. «Зеленая аптечка» (первая помощь при укусах насекомых). 2. Конкурсе рисунков «Мой город» 3. «Спортивный колейдоскоп» 4.Экскурсия на гор.мол. завод г. Текели
<i>День одиннадцатый</i>	1.Минутка здоровья 2. Такое незнакомое «оригами» (изготовление поделок из бумаги) 3. Весёлые старты 4. Экскурсия в парк ДК.
<i>День двенадцатый</i>	1.Минутка здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье» 2. Викторина по правилам дорожного движения «Красный, жёлтый и зелёный» 3. Экскурсия во дворец спорта.
<i>День тринадцатый</i>	1.Минутка здоровья. Беседа с медицинским работником. 2. Конкурсе «По дорогам сказки» 3. Дискотека 4. «Мисс и Мистер 2016»

День четырнадцатый

1. Минутка здоровья «Гигиена в доме»
2. Экскурсия на природу «Ах картошечка»
3. «Письма лагерю»
4. День сладкоежки!
5. Закрытие смены.

Приложение День первый

1. Экскурсия по лагерю.

Цель: познакомить детей с окружающей местностью и местонахождением необходимых мест.

2. Игры на знакомство.

Цель: познакомить и сплотить детей

«Давай-ка познакомимся!»

Дети становятся в круг. Ведущий начинает игру словами: «Ты скорее поспеши, как зовут тебя, скажи...», бросая при этом мяч одному из игроков. Тот ловит мяч, называет свое имя, потом он бросает мяч другому игроку, при этом снова произносятся слова: «Как зовут тебя, скажи...» — и так далее.

«Здравствуйте!»

Игроки становятся в круг, плечом к плечу. Ведущий идет по внешней стороне круга и задевает одного из игроков. Ведущий и игрок, которого задела, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, они пожимают друг другу руки, говорят: «Здравствуйте!», и называют свои имена, потом бегут дальше. Пытаясь занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места, становится водящим.

«Откроем сердце другу»

Каждый игрок получает жетон в форме сердечка, на котором он пишет имя. Ведущий идет с шляпой по кругу. Игроки громко называют свое имя и опускают сердечки в шляпу. После этого ведущий второй раз проходит по кругу. Теперь задача игроков — достать из шляпы одно из сердечек, прочитать вслух написанное на нем имя, вспомнить того, кому оно принадлежит, и отдать хозяину.

«Это — Я»

Игроки становятся в круг. Ведущий, стоящий в центре, называет два имени (одно — женское, другое — мужское). Игроки, чьи имена назвали, кричат: «Это — Я!», и меняются местами. Задача ведущего — занять освободившееся место. Тот, кто не успел занять свободное место, становится ведущим. Если среди играющих есть только один человек с одним из двух названных имен, то он кричит:

«Это — Я», и остается на месте.

«Теремок»

К ведущему подходит первый игрок и спрашивает:

— Кто, кто в теремочке живет?

Кто, кто в невысоком живет?

— Я ... (называет свое имя). А ты кто?

— Я ... (называет свое имя). К ним подходит второй игрок, и диалог повторяется.

«У лукоморья дуб зеленый»

На дерево прикрепляются листья, на которых написаны имена детей. Ведущий отрывает лист, читает имя, написанное на нем, вызывает ребенка (детей) с этим именем. Вызванный ребенок (дети) срывает следующий листок с дерева, и так далее. Затем ведущий раздает детям листья с именами в беспорядке, дети должны найти листок со своим именем. Выигрывают те, кто сделает это быстрее других.

«Угадай мое имя»

Вместо представления игрок дает остальным детям подсказки:

мое имя начинается на букву «О»;
мое имя заканчивается на букву «А»;
мое имя состоит из шести букв и др.

Все остальные должны отгадать, какое это имя.

«Кто? Где? Когда?»

Игроки становятся в круг. По сигналу ведущего дети перестраиваются так, чтобы они располагались:

в алфавитном порядке;
по месяцам рождения;
по знакам зодиака;
по увлечениям.

«Веселые задания»

«Слушай, смейся, выполняй. Имена запоминай!» — с этими словами ведущий дает задания детям:

Саши, Оли, Димы, Юли должны надуть воздушный шарик, у кого же шарик лопнет раньше;

Лены и Алеши должны похвалить самих себя, глядя в зеркало, и при этом даже не улыбнуться;

Даши и Сережи набрать в рот воды и спеть песню так, чтобы другие ее узнали, и так далее.

«Воробей»

Все дети становятся в круг. Внутри круга стоит ведущий. Дети скачут на одной ноге по кругу в одном направлении, а ведущий внутри круга — в другом направлении, и при этом приговаривает:

Скачет, скачет воробей — бей-бей,

Собирает всех друзей — зей-зей.

Много, много разных нас-нас-нас,

Выйдут... (называет имя ребенка) сейчас-час-час.

Названные дети входят в круг, и игра повторяется, пока не будут названы имена всех детей.

3. Экскурсия на «Коринский ключик».

Цель: знакомство с местными достопримечательностями, развивать экологическую ответственность за природу.

Ребята! Ключик — это небольшой водный объект, являющийся источником чистой и полезной воды.

Отгадайте загадку.

Говорливый и живой

Плещет он в лесу водой.

Он всегда кружить привык,

Этот маленький ... (родник). Как рождается ключик?

Вы, наверное, знаете, что под землей тоже есть вода. Там бегут глубокие реки, струятся ручейки, вода заполняет подземные озера.

Подземная вода бывает соленой и пресной, холодной, а порой и горячей. Подземные воды могут быть целебными. Они очень полезны для здоровья людей, так как насыщены растворенными минеральными солями и другими веществами, полезными для здоровья. Такие воды называют минеральными.

Подземные воды иногда выходят на поверхность земли.

Может быть, вы видели родничок, бьющий из-под земли? Где он находится?

Ключики называют еще и родниками. Возле родников пышно разрастаются лесные кусты. Здесь высокие сочные травы, много крупных цветов. Как вы думаете, почему?

Потому что там растениям всегда хватает живительной влаги! С родниками, источниками подземной воды, связано в народе немало сказок, легенд, преданий. вспомните названия сказок, в которых говорится о роднике. Благодаря их целебным свойствам происходят чудеса исцеления больных!

Послушайте сказку.

Родник

С давних пор на дне оврага жил веселый и щедрый родничок. Чистой студеной водой он поил корни трав, кустов и деревьев. Большая серебристая ива раскинула над родником тенистый шатер.

Весной по склонам оврага белела черемуха.

Среди ее кружевных душистых кистей соловьи, пеночки и зяблики вили свои гнезда.

Летом разнотравье пестрым ковром устилало овраг. Над цветами кружились бабочки, шмели, пчелы.

В погожие деньки Артем с дедушкой ходили на родник за водой. Мальчик помогал дедушке спуститься по узкой тропе к роднику и набрать воды. Пока дедушка отдыхал под старой ивой, Артем играл возле ручейка, который струился по камешкам на дне оврага.

Однажды Артем пошел за водой один и встретился у родника с ребятами из соседнего дома — Андреем и Петей. Они гонялись друг за другом и гибкими прутьями сшибали головки цветов. Артем тоже сломал ивовый прут и присоединился к мальчишкам. Как вы думаете, хорошую ли игру придумали ребята? Почему?

Когда шумная беготня ребятам надоела, они стали бросать в родник ветки и камни. Артему новая забава не понравилась, ему не хотелось обижать добрый веселый родничок, но Андрюша и Петя были старше Артема на целый год, и он давно мечтал подружиться с ними. Поэтому он поддержал новых друзей. Как бы вы поступили на месте Артема?

Вначале родник легко справлялся с камешками и обломками веток, которыми мальчишки забрасывали его. Но чем больше становилось мусора, тем труднее приходилось бедному роднику: он то замирал совсем, засыпанный крупными камнями, то едва сочился, пытаясь пробиться в щели между ними.

Когда Андрей и Петя ушли домой, Артем присел на траву и вдруг заметил, что к нему со всех сторон слетаются большие стрекозы с прозрачными блестящими крыльями и яркие бабочки.

«Что это с ними? — подумал мальчик. — Чего они хотят?»

Бабочки и стрекозы закружили вокруг Артема. Насекомых становилось все больше, они порхали все быстрее, почти касаясь крыльями лица мальчика.

У Артема закружилась голова, и он крепко зажмурил глаза. А когда через несколько мгновений открыл их, то понял, что

находится в незнакомом месте: кругом расстилались пески, нигде не было видно ни кустика, ни деревца, а с бледно-голубого неба лился на землю знойный воздух.

Артему стало жарко и очень захотелось пить. Он побрел по песку в поисках воды и оказался возле глубокого оврага.

Овраг показался мальчику знакомым, но на его дне уже не журчал веселый родничок. Черемуха и ива засохли, склон оврага, словно глубокими морщинами, был изрезан оползнями, ведь корни трав и деревьев больше не скрепляли почву. Не слышно было птичьих голосов, не видно стрекоз, шмелей, бабочек.

«Куда деле я родник, что случилось с оврагом?» — подумал Артем. Что случилось с оврагом? Почему?

Вдруг сквозь сон мальчик услышал встревоженный голос дедушки: Артемка! Где ты? Я здесь, дедушка! — отозвался мальчик. — Я, оказывается, заснул. Мне приснился такой страшный сон! — И Артем рассказал обо всем дедушке.

Дедушка внимательно выслушал внука и предложил: Что ж, если не хочешь, чтобы произошло то, что приснилось тебе во сне, пойдем очистим родник от мусора.

Дедушка и Артем открыли путь родничку, и тот снова весело зажурчал, заиграл на солнце прозрачными струйками и стал щедро поить всех: и людей, и зверей, и птиц, и деревья, и травы.

После этого случая Артем больше никогда не обижал маленький родник, а, наоборот, заботился о его чистоте. Он попросил дедушку рассказать его новым друзьям о том, что может случиться, если родник погибнет. Мальчики внимательно послушали рассказ мудрого старика и решили больше никогда не засорять родничок. Куда ходили Артем и дедушка за водой? Как мальчики однажды играли возле родника? Какой сон приснился Артему? Что Артем решил сделать после того, как проснулся? А вы, ребята, в какие игры играете рядом с водоемами? Как нужно вести себя рядом с водой, чтобы она оставалась чистой? Для чего это необходимо делать?

Ответьте на вопросы Что такое родник? Откуда бьют родники? Как их еще называют? Почему возле родников всегда много зелени? Что такое криница? Как сохранить воду в роднике чистой?

День второй

1. Огонёк знакомства «Расскажи мне о себе».

Цель: сплочение лагерного коллектива, близкое знакомство.

Все дети садятся по кругу, вожатый начинает разговор, представляясь ребятам, рассказывая о своих интересах, увлечениях, мечтах и т.д.

При этом вожатый дает ребятам образец, схему, как и о чем надо рассказывать.

Обязательно на "огоньке" используется некий символ, "эстафетная палочка", которую участники огонька передают от одного к другому по кругу по очереди.

Предварительно вожатый непременно познакомит ребят с какой-либо выдуманной красивой легендой о выбранном предмете – "эстафетной палочке" – почему

именно эта шишка (цветок, игрушка, карандаш – все что угодно) стали символом нашего сегодняшнего знакомства. Если ребенок в рассказе о себе говорит о том,

что он любит петь, танцевать, читать стихи, то хорошо бы предложить ему прямо здесь на "огоньке" продемонстрировать свои увлечения и таланты. Это сделает

"огонек" более творческим и интересным, внесет живинку в общий ход "огонька".

Такое знакомство способствует реализации основной потребности ребенка в первые дни - информационному поиску. Чем больше вопросов детей найдут ответы, тем скорее пройдет адаптация ребенка к новым условиям жизни.

2. Открытие лагеря. Спортивные состязания.

Цель: способствовать укреплению здоровья детей.

РАЛЛИ БЕГУНОВ

Задание: как можно быстрее пробежать через контрольные пункты точно обозначенной трассы, разделенной на одинаковые отрезки, и выполнить все «беговые» задания.

Количество контрольных пунктов на трассе: 13 (возможны варианты).

У ч а с т н и к и: все ребята отряда.

Стартовый интервал - 2-3 минуты.

Перед ралли участники пробегают трассу и знакомятся с заданиями на контрольных пунктах. На них находятся контролеры, наблюдающие за правильностью выполнения бегунами заданий.

Задания на КП:

Виды бега

I. СТАРТ.

1. Обычный бег.
2. Бег задом наперед.
3. Бег на четвереньках.
4. Бег на корточках.
5. Бег с горящей свечой.
6. Бег с ложкой во рту.
7. Бег с кастрюлей на голове.
8. Бег в бумажной шляпе.
9. Бег в мешке.
10. Бег с ведрами на коромысле.

11. Беге переодеванием.
12. Бег в ластах по траве.
13. Бег с мячом между колен.

СОРЕВНОВАНИЕ В ОПРЕДЕЛЕНИИ ВЕЛИЧИН

Задание: в кратчайшее время пробежать установленную трассу, выполнив в местах контрольных пунктов следующие задания: СТАРТ.

Определение расстояния до стоящего особняком дерева.

Определение веса этого камня.

Определение высоты вкопанных трех разных палок.

Определение количества шариков в мешке.

Определение времени на примере продолжительности минуты.

Определение длины трассы. ФИНИШ.

Оценка: сумма чистого времени плюс добавочное время за неточное определение.

СПОРТИВНОЕ МНОГОБОРЬЕ

Спортивное многоборье включает 5 основных дисциплин, которые можно выполнять по желанию. Состязания могут быть одиночные и командные.

СТАРТ.

Стрельба из пневматического ружья. Количество зарядов: 3-10. Расстояние: 10 метров. Мишень: 8-5,5. Положение: лежа без опоры. Время стрельбы: 5 минут на пристрелку, 10'минут- на стрельбу. Оценка: по количеству попаданий.

Метание гранаты в цель. Расстояние: 15 метров. Вес фанаты: 350 г. Число бросков: 3.0 це н к а: одно попадание - 10 очков.

Метание гранаты в окно. Расстояние: 15 м. Вес гранаты: 350 г. Число бросков: 3.

Окно: 1x1 на высоте 1 м. Оценка: каждое попадание- 10 очков.

Метание гранаты на расстояние. Вес гранаты: 350 г. Число бросков: 3. Оценка: 1 м=1 очку, расстояние свыше 0,5 м округляется до 1 м.

Определение азимута. Определить азимут трех точек с точностью плюс-минус 6 градусов. Оценка: правильное определение азимута -10 очков.

ФИНИШ.

СОСТЯЗАНИЕ В НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ

Задание: пройти по установленной трассе и найти как можно больше мишеней.

Мишени: листы бумаги с разными обозначениями, расположенные на высоте 2 м над землей и на расстоянии 20 м друг от друга по обе стороны трассы так, чтобы их найти было не просто.

Команды: 2-3 человека.

Трасса обозначена бумажными значками-стрелками (или изучена заранее).

Стартовый интервал - 3 мин.

Оценка: сумма чистого времени плюс добавочное время за каждую необнаруженную мишень (2-3 минуты по договоренности).

СОРЕВНОВАНИЕ НА ЗРИТЕЛЬНУЮ ПАМЯТЬ

Задание: в кратчайшее время пробежать маршрут и запомнить как можно больше предметов, изображенных на мишенях. Это соревнование часто проводится в помещении, а на природе в такой форме оно приобретает своеобразный стиль. Одиночное соревнование.

Количество предметов: 15-20.

Условие: бежать без письменных принадлежностей!

Оценка: чистое время от старта до финиша плюс штрафное время 0,15 мин за каждый незамеченный предмет. Участник, добежавший до финиша, получает дополнительно 3 мин для перечисления предметов (это время не засчитывается при оценке).

ПРОГУЛКА С ШАРИКАМИ, КАНАТАМИ, ВЕРЕВКАМИ, КАМУШКАМИ ШАРИКИАДА

Нужны мешочки с шариками.

1. Кто ближе.

На специально выбранном месте вбит в землю небольшой колышек. Ребята должны с определенного расстояния бросать шарик так, чтобы он упал как можно ближе к колышку. Трое ребят, наиболее удачно выполнивших задание, зарабатывают очки.

2. Кто точнее.

В песке вырыта лунка, у каждого по 5 шариков. Ребята должны с определенного расстояния забросить в лунку как можно больше шариков.

3. Сбей фигуры.

С определенного расстояния катить по земле шарик и постараться сбить расставленные фигуры. Кто их собьет используя при этом меньше шариков, тот и победитель.

4. Найти шарик.

На ограниченном пространстве разбросаны 25 шариков. Тот, кто за установленное время найдет больше всех шариков, тот и побеждает.

5. Запомни цвет шариков.

В один ряд раскладываются 15 шариков разного цвета. Ребята должны запомнить за 10 сек, как они располагаются, затем назвать цветовую последовательность.

6. Раздели шарик.

Один за другим как можно быстрее разделить кучку из 100 шариков по цвету.

Мини-гольф.

Сколько шариков? Отгадать, сколько шариков в мешке.

Сбить пирамиду.

В небольшой кружок помещается 4 шарика и сверху на них еще один. Задача - с определенного расстояния так кинуть шариком в пирамиду, чтобы все составляющие ее шарик вылетели из круга.

10. С определенного расстояния забросить шарик в кружок, подвешенную на ветку, или попасть с определенного расстояния в трехсантиметровые ворота.

ВЕРЕВКАНИАДА

Для этих затей потребуются веревки.

1. Быстрее смотай.

Кто быстрее всех смотает пятиметровую веревочку, один конец которой прибит гвоздем к пню, а второй - завязан на указательном пальце игрока?

2. Пройди по канату.

Каждый соревнующийся берет в руки жердь и должен пройти по канату, лежащему на земле.

3. Завяжи узел.

На конце каната как можно быстрее сделать простой узел (на руки надеть большие перчатки).

4. Поднимись на гору.

С помощью веревки подняться на небольшую возвышенность. Это дело стоит доверить только подготовленным ребятам при соблюдении правил безопасности.

5. Перережь веревку.

Игрок с завязанными глазами должен по команде перерезать веревку, натянутую в 4 метрах от него.

6. Переберись.

Между двумя деревьями натянут канат, участники должны перебраться по нему на руках на другой край.

7. Перепрыгни.

Это игра проще звучит - «Маятник». На сук дерева привязывается канат, ухватившись за который, ребята перепрыгивают препятствие, например лужу.

8. Попади в петлю.

Сделать на висящем канате петлю. Из ровной ветки изготовить копьё. Начать его метать с различного расстояния так, чтобы оно прошло через петлю.

9. Раскручивание каната.

Один из игроков становится в центр и раскручивает канат. Остальные образуют круг радиусом, чуть большим длины каната. В интервале между отдельными вращениями каната каждый должен успеть вбежать в круг, взять находящийся там предмет и вернуться на свое место так, чтобы его не задел канат.

10. Найди канат.

Игроки с завязанными глазами выстраиваются в ряд. На расстоянии 20 метров от них двое держат канат. По команде вожатого игроки несколько раз поворачиваются вокруг себя и в полной тишине пытаются коснуться каната.

П. Завязывание узла парами.

От каждой группы ребят в соревновании участвует одна пара. Игроки становятся друг против друга, держась одной рукой за один конец каната. Вторая рука заложена за спину. Вожатый выбирает один из знакомых всем узлов и предлагает паре завязать его. Учитывается скорость и правильность завязывания узла.

12. Завязывание узлов командами.

Соревнуются команды из 6 человек. Каждый из игроков, кроме 4-го и 6-го, имеет небольшой канат. Перед каждой командой вбит в землю шест.

По сигналу 1-й игрок завязывает на шесте корабельную петлю; 2-й привязывает свой канат к концу первого шотландским узлом; 3-й - санитарным узлом; 4-й

делает на этом узле соединение; 5-й привязывает свой канат рыбацким узлом; последний делает прочную петлю вокруг пояса.

13. Завязывание узла вслепую.

Игрокам завязывают глаза платком и дают по небольшому канатику. Задача игроков - как можно быстрее завязать предлагаемый тип узла.

14. Эстафета с развязыванием узлов.

Команды стоят колоннами. Первые игроки держат в руке шпагат, на котором завязано столько различных узлов, сколько человек в команде. По сигналу эти игроки бегут к выбранной заранее цели, там развязывают 1 узел и быстро возвращаются назад. Передав веревку следующему игроку, каждый становится в конец колонны. Выигрывает команда, веревка которой раньше окажется без узлов.

КАМУШКИ

Конкурс на самый красивый камень.

Собери разные виды камней. Кто больше?

Метни и беги.

Бросается камень на расстояние, и ребята разбегаются, пока камень падает.

Выигрывает тот, кто успеет убежать дальше всех.

Бросание камушков в консервную банку.

Метание гранаты (камня) на расстояние (из разных положений).

Найди камень необычной формы.

«Блины» на воде при бросании плоских камушков,

Каменная мозаика.

3. Оформление отрядного уголка, выборы органов самоуправления

Цель:

1. **Самоактивизация.** Предполагает приобщение как можно большего числа членов коллектива к решению проблем управления.
2. **Организационное саморегулирование.** Предполагает устойчивое влияние актива отряда на коллектив, способность коллектива самостоятельно изменять свою структуру.
3. **Коллективный самоконтроль.** Предполагает постоянный самоанализ органами самоуправления и отдельными организаторами своей деятельности и на основе этого поиск новых более эффективных путей решения задач.
Следует помнить, самоуправление не может быть абсолютным, оно всегда сочетается с внешним по отношению к данному отряду управлением. Поэтому важно адекватное соотношение функций и содержания управления и самоуправления. Взаимосвязь педагогического управления и детского самоуправления имеет особое значение для развития самоуправления в детском коллективе. Такая взаимосвязь может осуществляться через:
 - поэтапное делегирование детям полномочий и ответственности для решения задач управления коллективом;
 - взаимную ответственность вожатых перед детьми и детьми перед вожатыми за выполнение принятых коллективом решений;

- взаимную требовательность членов вожатского коллектива и детского коллектива друг к другу;
- совместную работу вожатского и детского коллективов;
- информирование ребят обо всех проблемах, стоящих и возникающих в процессе подготовки, реализации деятельности.

Немаловажным моментом в организации самоуправления в отряде и лагере является уяснение его *структуры*. Какой-то единой, унифицированной структуры, строго определенного перечня поручений быть не может. Лагеря отличаются по территориальным условиям, по количеству отрядов, по сложившемуся традициям, опыту, по избранным видам деятельности, тематике и программам работы и т.д. К тому же её нецелесообразно копировать с каких-либо образцов, поскольку не может быть двух одинаковых коллективов, не может быть и идеальной структуры: то, что хорошо для одного коллектива, не срабатывает в условиях другого. Это значит, что структура всегда специфична и право решить, какой она будет, остается за коллективом. При этом необходимо заранее обдумать, какие органы целесообразно создать, чтобы охватить организацию всех сторон жизни в отряде, лагере, как их называть (советы, штабы, клубы и т.д.), какие поручения возложить на них.

Самоуправление в лагере может складываться из деятельности временных и постоянных органов. К временным органам самоуправления относятся: деятельность дежурного отряда, работа творческих и инициативных групп, работа советов дела. Постоянно действующие органы самоуправления включают в себя: совет отряда, совет командиров отрядов, деятельность клубов, штабов. Высшим органом самоуправления является сбор лагеря, в ходе которого решаются основные вопросы жизнедеятельности лагеря, планируется работа, проходят выборы органов самоуправления, оценивается их работа.

Избранные на оргсборах отрядов кандидаты в члены совета дружины утверждаются на сборе дружины. Члены совета дружины, представители каждого отряда составляют руководящий орган дружины. Руководящим органом может быть совет дружины, состоящий из представителей советов отрядов.

День третий

1. Минутка здоровья. Инструктажи.

Цель: способствовать укреплению здоровья детей.

Здоровье – одна из существенных характеристик человека наряду с духовностью, интеллектуальностью и т. п., определяющая степень жизнеспособности, устойчивости организма в соответствующей среде обитания, возможности реализовать свои биологические и социальные функции.

На первый план выступает не только задача физического развития детей, сохранения и укрепления их здоровья, но воспитания у них потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

О важном значении проведения минут отдыха для физического и умственного развития учащихся, говорили и говорят врачи, психологи. А особенно мы педагоги знаем, как это важно для учащихся и для нас.

«Сбрось усталость»

Встаньте, ноги врозь, слегка согнув колени, немного наклонитесь вперед, руки свободно опустите вдоль туловища, расправьте пальцы, склоните голову к груди. Плавно покачивайтесь из стороны в сторону и вперед-назад. Резко встряхните головой, руками, ногами, всем телом. Вы встряхнули почти всю усталость. Чуть – чуть осталось? Повторите упражнение. Вы почувствовали прилив бодрости, настроение улучшилось.

А ещё, можно проводить минутки-оживлялки.

2. Оживлялка 1.

Сложите ладони перед грудью пальцами вверх, не дышите, сдавите изо всех сил основания ладоней, чтобы руки задрожали. Мускулы плеч и груди напряжены. Втяните живот и потянитесь вверх, как будто вы, опираясь на руки, выглядываете из окна. 10-15с. Повторите 3 раза.

3 Оживлялка 2.

Сложите руки в «замок», обхватите ими затылок, отведите руки вперед. Потяните голову к локтям. Не сопротивляйтесь, растягивайте шейный отдел позвоночника. 10-15с. Тяните ровно, так чтобы было приятно.

4 Оживлялка.3

Улыбнитесь и скажите «Сы-ы-ы-ы –р», а потом надавите на точку на кончике носа и произнесите «Ха-ха-ха» или «Гы-гы-гы», сначала медленно, потом быстрее и быстрее. Помните, смеются победители!

2. Изготовление «Экрана настроения»

Данное панно выполнено из трех кругов, соединенных между собой с помощью атласной ленты. Фотографии детей крепятся на бельевые прищепки.

Цель: совершенствовать умение детей определять своё настроение

Задачи:

Образовательная:

Формировать умение анализировать события в течении времени, определять настроение.

Способствовать развитию речи, развивать желание рассказывать о причинах изменения своего настроения.

Развивающая:

Развивать мелкую моторику рук, цветовосприятие

Развивать наблюдательность.

Воспитательная:

Воспитывать умение сопереживать друг другу, делить радость.

Материал: плотный картон, самоклеющаяся пленка, клей «Момент», клей «Титан» атласная лента, циркуль, линейка, бельевые прищепки, плотный пластик (папка для бумаг), фотографии детей.

3. Поход на «медвежью лапу»

Инструктаж по технике безопасности:

Постарайся запомнить нехитрые правила, соблюдать которые совсем несложно.

- Растениями и цветами можно сколько угодно любоваться, но ни в коем случае нельзя срывать и тем более брать в рот незнакомые растения. Некоторые растения, если взять их в руки, вызывают сильное раздражение кожи, которое может длиться несколько недель. Есть и ядовитые растения, яд которых не менее опасен, чем змеиный.
- С грибами, найденными тобой в лесу, тоже нужно быть очень осторожным. Собирай только известные тебе грибы и обязательно покажи собранные грибы взрослому, который в них разбирается. Когда гуляешь по лесу, не трогай поганки: они очень ядовиты.
- Не пей сырую воду из какого бы то ни было водоёма: реки, озера или ручья.
- Для защиты от укусов насекомых (клещей, ос, пчёл, комаров), отправляясь на прогулку в лес, надевай длинные брюки, рубашку с длинными рукавами и обязательно головной убор. Открытые участки тела намажь средством, отпугивающим насекомых.
- Помни, что запахи одеколонов, духов и другой парфюмерии сильно привлекают насекомых.
- Если ты собираешься ночевать в палатке, позаботься о сетке, защищающей от комаров, и средствах, отпугивающих насекомых.
- В жаркую погоду нельзя долгое время находиться на солнце без одежды, головного убора и солнцезащитных очков — можно получить тепловой удар или солнечные ожоги. Никогда не смотри прямо на солнце даже в течение непродолжительного времени — у тебя от этого может ухудшиться зрение.

Во время походов и загородных прогулок нельзя причинять вред природе!

- Если ты развёл костёр, то, уходя, не забудь потушить огонь, чтобы не разгорелся лесной пожар. Костёр обязательно нужно залить водой или засыпать песком.
- Не ломай деревья, не разоряй птичьих гнёзд — не нарушай красоту и гармонию природы.
- Не оставляй после себя мусор! На полянке, которая завалена бумажными обёртками, целлофановыми пакетами, пластиковыми коробками и бутылками, уже

никому не захочется остановиться. Мусор, который нельзя сжечь (стеклянные бутылки, железные консервные банки), необходимо забрать с собой, чтобы выбросить в предназначенном для этого месте.

День четвертый

1. «Все сказки в гости к нам»

Цели:

Активизация и закрепление знаний детей о различных сказках.

Воспитание любви к художественному слову.

Задачи:

Расширять кругозор воспитанников.

Развивать память, внимание, мышление, восприятие, наблюдательность, воображение.

Воспитывать коллективизм, умение сопереживать товарищам.

Приобщать к чтению.

Материал и оборудование: книги для выставки под названием «Скоро сказка сказывается, не скоро дело делается». Название викторины на центральной стене «Сказка в гости к нам пришла», телеграммы, карточки, иллюстрации сказок, сказочные предметы или их картинки для конкурсов.

Ход викторины

Вступительная часть.

Слово воспитателя о сказках, обратить внимание на книжную выставку

Затем группа делится на три команды, придумывают себе названия и девиз.

Основная часть.

Викторина:

Телеграммы.

Мы получили телеграммы от сказочных героев. Угадайте, кто прислал телеграмму и из какой сказки.

1 команда.

1. «Спасите! Нас съел серый волк» (Семеро козлят)

2. «Прибыть на ваш праздник не могу, так как от меня сбежали брюки»

(Мойдодыр)

3. «От дедушки ушел, от бабушки ушел. Скоро у вас буду» (Колобок)

2 команда.

1. «Пришлите, пожалуйста, капли, мы лягушками нынче объелись и у нас животы разболелись» (Айболит)

2. «Все осталось без изменений, вот только бабушку съел волк» (Красная шапочка)

3. «Лиса выгнала из дома. Пустите переночевать» (Заюшкина избушка)

3 команда.

1. «Дорогие гости! Помогите! Паука – злодея зарубите» (Муха-цокотуха)

2. «Как услышите гром да стук, не пугайтесь. Это я в карете из тыквы к вам спешу»

(Золушка)

3. «Очень расстроена, нечаянно разбила яичко» (Курочка ряба)

2. Волшебные слова.

Вспомните, кто говорил в какой сказке следующие слова:

1 команда.

Сивка – бурка, вещий каурка! Стань передо мной, как лист перед травой.

Сим – Сим, открой дверь!

2 команда.

Кара – Барас!

Лети – лети лепесток, через запад на восток, через север, через юг, возвращайся, сделав круг. Лишь коснешься ты земли, быть, по – моему вели!

3 команда.

Раз, два, три, горшочек, вари!

КрексФексПекс!

3. Удивительные превращения.

В кого превращались и были заколдованы сказочные герои?

1 команда.

Князь Гвидон.

Гадкий утенок.

2 команда.

Одиннадцать братьев – принцев из сказки Андерсена.

Братец Иванушка.

3 команда.

Василиса Прекрасная.

Нильс в сказке С. Лагерлеф.

4. Угадай сказку по иллюстрации.

Каждой команде показывается по две иллюстрации, они должны угадать сказку.

5. Какие волшебные средства были у сказочных героев?

1 команда.

У солдата из сказки Андерсена.

У Буратино.

У Незнайки.

2 команда.

У маленького Мука.

У Золушки.

У Снежной королевы.

3 команда.

У Бабы Яги.

У Кощея Бессмертного.

У кота.

6. Назовите друзей литературных персонажей.

1 команда.

У Винни – Пуха.

У Малыша.

2 команда.

У Герды.

У Дюймовочки.

3 команда.

У Буратино.

У Маугли.

7. Волшебный ящик.

Угадайте, какой сказочный предмет находится в волшебном ящике.

1 команда.

С помощью этого предмета можно смастерить самые замечательные вещи, а можно даже убить страшного героя русских сказок.

(Игла)

2 команда.

С помощью предмета, который находится здесь, главный герой сказки нашел счастье – мудрую жену, которая была заколдована.

(Стрела)

3 команда.

Здесь находится вещь, которая вцепилась в волосы и кусала, как оса.

(Мыло)

8. Кому принадлежат эти волшебные вещи?

1 команда.

«Золотое» яичко.

Хрустальная туфелька.

Зеркальце.

2 команда.

Цветик – семицветик.

Золотой ключик.

Скорлупа грецкого ореха.

3 команда.

Разбитое корыто.

Красная шапочка.

Невод.

9. Доскажи имя.

Называется первая часть предмета или имени сказочного героя, а все дружно договаривают вторую часть.

1 команда.

Карабас...

Кощей...

Ковер...

Иван...

Мальчик...

Елена...

Змей...

Братец...

2 команда.

Скатерть...

Сапоги...

Баба...

Сивка...

Синбад...

Гуси...
Конек...
Жар...
3 команда.
Доктор...
Лягушка...
Золотая...
Али...
Курочка...
Красная...
Хрустальная...
Муха...

10. Влюбленные пары.

Злой Кощей позавидовал счастьем влюбленных и разъединил пары.

Вам надо помочь сказочным персонажам. Сейчас каждая группа получит листочки.

Необходимо соединить на них стрелочками влюбленных и написать название сказок, из которых они пришли.

Три команды получают красочно оформленный листок с двумя рядами имен героев.

Трубадур	Василиса Премудрая
Кай	Принцесса
Принц	Герда
Иван – царевич	Людмила
Руслан	Золушка
Эльф	Дюймовочка
Принц	Русалочка

В конце конкурса побеждает та команда, которая быстро и правильно справится с заданием.

Итог.

Подведение итогов, награждение.

Экскурсия на погранзаставу. Военно-патриотическая игра «Красное знамя».

Цель мероприятия – пробуждение чувства долга и патриотизма в подрастающем поколении.

Посетив музей пограничников, обучающиеся смогли по достоинству оценить всю сложность интересной профессии пограничников. Среди экспонатов были представлены фотографии, газетные статьи о жизни и службе пограничников, наградные документы, множество кубков и вымпелов за их самоотверженный труд.

Обучающиеся увидели приборы связи, оружие, которое применялось во время Великой Отечественной войны. Им разрешили подержать в руках настоящее оружие. Это было интересно и мальчишкам, и девчонкам.

А еще обучающиеся смогли увидеть служебных собак. На полигоне воины-дрессировщики продемонстрировали мастерство их подопечного питомца. На охрану границы четвероногие стражи порядка заступают полностью

подготовленными к любым испытаниям. Обучающиеся с разрешения пограничника, смогли погладить собаку и сфотографироваться с ней.

В работе по воспитанию патриотизма и любви к Родине подобные экскурсии играют особую роль. Благодаря им, дети ближе узнают историю своей страны. Экскурсии расширяют кругозор обучающихся, наглядно демонстрируют нелегкий труд защитников Отечества.

Ход занятия:

1. Игра: «По порядку становись!»

(Дети берут по одной цифре, пока играет музыка, «Цифры гуляют», а по команде «По порядку становись!» дети строятся по порядку. Игра повторяется 3 раза.)

Когда дети выстроили числовой ряд, задаются вопросы:

-Назови соседей числа 3.

-Назови соседей числа 5.

-Назови соседей числа 6.

Я задумал число, оно меньше 5 на одну единицу, какое это число?

Я задумал число, оно больше 6 на одну единицу, какое это число?

1, 2, 3, 4, ..., 6, 7, ..., 9, 10.

10, 9, 8, ..6, 5, ..., 3, 2, 1.

-Молодцы!

Военный:

-Отгадайте загадку.

Нагоняет страха

Стальная черепаха:

Бензином питается,

Огнем кусается

У стального, у коня,

Сверху донизу броня.

Для такого нет преград-

Быть танкистом рад солдат.

Помогите танкистам подготовиться к параду танки.

2. Упражнение «Танкисты»

На полотне в беспорядке стоят танки и танкисты.

-Что изображено?

-Чем отличаются танки и танкисты друг от друга?

Как узнать, танков больше или танкистов?

А можно об этом узнать, не считая их?

Расставьте танки и танкистов в два ряда один к одному.

Подойдите и сосчитайте, сколько изображений танков? (Всего 8 танков.)

-Сколько изображено танкистов? (Всего 7 танкистов?)

-Какое число больше?

-Какое число меньше?

-На сколько больше танков? (Танков больше на один, чем танкистов.)

-На сколько меньше танкистов, чем танков? (Танкистов меньше на один, чем танков.)

-Как сделать так, чтобы танков и танкистов стало поровну?

Ответы детей:

(Дети предлагают либо добавить 1 танкиста, либо убрать 1 танк, и в том и в другом случаях подводим детей к выводу, что их стало поровну, одинаковое количество.)

3.Игра «Военные конструкторы»

Перед детьми контейнер с геометрическими фигурами.

- А теперь вам предстоит стать конструкторами, которые проектируют военную технику. Попробуйте собрать из геометрических фигур танки, пушки, самолеты, вертолеты, а потом расскажи, из каких фигур вы собрали машины.

(На наборное полотно помещаются схематические изображения военной техники.)

Военный:

-Отгадайте загадку:

На заставе он живет

И границу стережет.

Защитит в мороз и зной

Рубежи страны родной. (Пограничник)

4. Подвижная игра « Пограничник»

(Надо встать и сделать знакомое подвижное упражнение.)

Тропинки лесные, (дети маршируют по кругу друг за другом.)

Пахучие травы,

За темным оврагом простор полевой.

(Останавливаются, прикладывают воображаемый бинокль к глазам, выполняют повороты.)

Вечерней порою в дозор от заставы

Идет пограничник- (Вновь маршируют по кругу.)

Страны часовой.

(А. Жаров.)

- О каком времени суток говорится в стихотворении?

(В этом стихотворении говорится о вечере, о вечерней поре.)

- Какое время суток следует за вечером?

(За вечером следует ночь.)

5. Работа по карточке.

Я важная машина,

Есть кузов и кабина.

Вожу любые грузы

По ленточкам дорог.

И парты, и арбузы

Я вам доставлю в срок. (Грузовик)

-Погрузи в машины, которые едут направо, по одному красному кубику

«Снаряду», в машины, которые едут налево, по одному синему кубику «снаряду».

-Сколько кубиков «снарядов» везут направо и налево?

- Сколько всего кубиков «снарядов» развозят по боевым базам? Зачеркни столько же желтых кругов.

Физкультминутка:

Раз, два, три, четыре!

(Дети сжимают пальчики по одному в

кулачки.

много дел на белом свете.

Разжимают пальчики по одному из

кулачков.

Вот военные идут-

Ходят друг за другом маршевым шагом.

Они границу берегут.

А швея иглу берет

Имитируют движения руки с иглой при

шитье.

И одежду людям шьет.

Дворник улицу метет,

Подражают движениям дворника.

Звонко песенку поет.

Птичница во двор пришла,

Кормление птиц.

Курам зерна принесла.

6. Завершение похода. Дети маршируют под пению «Идет солдат по городу».

3. Занятие по безопасности «Один дома...»

Цели: Помочь детям запомнить предметы, опасные и не опасные для жизни и здоровья. Закрепить правила обращения с ними и помочь самостоятельно делать выводы о последствиях неосторожного обращения с этими предметами.

Воспитывать чувство осторожности в обращении с электроприборами с точки зрения безопасности: какими электроприборами можно пользоваться, а какими нет или только вместе со взрослыми. Вызвать чувство сострадания и помочь тем, кто оказался в беде.

Материал к занятию: Демонстрационный материал картинки: «Электроприборы»; острые, колющие и режущие предметы; слайды сюжетных картин об опасных ситуациях; стол, стул; электроприборы: электрочайник, утюг, проектор для показа слайдов, пешеходный переход.

Предварительная работа: Рассмотрение сюжетных картинок, чтение сказок, рассказов. Дидактические и подвижные игры, показ мультфильма Маша и Медведь.

Ход занятия

Вос. : Сегодня мне позвонил Михаил Потапычи попросил навестить Машеньку, так как она осталась одна дома. Давайте сходим к ней в гости и узнаем, как она одна дома и чем она занимается? Может быть ей нужна помощь?

Ну как, пойдём?

Дети: Да, пойдём (дети строятся парами и идут). Один ребенок отстает от группы.

Вос. : куда же ты пошел?

Реб. : некуда, я иду рядом.

Вос. : ребята почему нельзя отставать от взрослых?

Дет. : можно потеряться, незнакомые люди могут украсть, можешь попасть под машину...

Вос. : ребята а что нужно делать если ты потерялся?

Дети. : стоять там где потерялся, обратиться за помощью к милиционеру на улице, к продавцу в магазине или к аптекарю в аптеке.

Вос. : Так что Вова бери Сашу за руку и не отходи от группы.

Вос. : ребята мы с вами подошли к дороге, но как нам ее перейти нет ни одного светофора? (на полу лежит пешеходный переход)

Дети: По пешеходному переходу.

Вос. : дети переходят дорогу и останавливаются у домика Машеньки. Вот мы и пришли.

Вос. : Даша постучи в дверь.

Реб. : стучит. (Маша открывает дверь)

Вос. : Машенька ты зачем открыла дверь! не спросив «Кто это? » Ребята! Скажите, можно ли открывать дверь, не спросив, «Кто это? ».

Дети: Нет! Нельзя!

Вос. : Почему нельзя? Объясните, пожалуйста, Машеньке.

Дети: Этот человек может быть преступником, вором.

Вос. : ребята а, что надо делать, если кто-то пытается открыть дверь. Куда надо звонить? По какому номеру?

Дети: В полицию, 102.

Вос. : Денис а ты как думаешь? (ребенок читает стих)

Реб. :

«Дома я один остался,
Кто-то дверь открыть пытался,

Я тогда «102» набрал

И полицию позвал.

Не пройдет пяти минут,

Как воришку заберут»

Вос. : Вот видишь Машенька, не спросив, кто это, нельзя открывать дверь.

Вос. : Запомни это Машенька! А теперь нам можно войти в дом?

Машенька: Да! Можно!

Вос. : Посмотрим, чем ты тут занимаешься? (на столе лежат - ножик, гвоздик, ножницы, булавки, иголка, шило, кнопки). Что ты с ними хочешь делать?

Машенька: Играть буду.

Вос. : А с этими предметами можно ли играть? Как вы думаете ребята?

Дети: Нет, нельзя!

Вос. : Почему?

Дети: Ими можно пораниться, или порезаться.

Вос. : Нельзя играть колющими и режущими предметами. Так как можно нанести себе серьезную травму.

Вос. : а если ты все таки поранился куда ты будешь звонить?

Дет. : 103!

Вос. : Эмилия а как бы ты поступила? (расскажет стихотворение)

«Дом в порядке содержи

Вилки, ножницы, ножи,

И иголки, и булавки

Ты на место положи.

Не приятно сесть на кнопку,

Можешь ты поранить попку»

Вос. : Машенька! Я уберу все эти предметы в коробку, повыше на шкаф, так как с ними нельзя играть, а Данил мне в этом поможет.

Маша: как хорошо ребята что вы мне об этом рассказали, за это я угощу вас чаем, только я не умею его включать.

Вос. : Ребята! Маша еще маленькая, и не умеет пользоваться электрочайником, а мы с вами уже научились, давайте подскажем Маше как правильно его включать и каким правилам нужно придерживаться.

Дети: Электрочайник- надо включать только сухими руками, посмотреть, чтобы розетка была исправна, нельзя переливать в чайник воду, так как при кипении брызги могут обжечь, выключать только когда он полностью скипел, нельзя дергать за шнур, надо придерживать розетку и аккуратно выдернуть вилку.

Маша: я все поняла, сейчас поглажу скатерть для стола и будем пить чай.

(Берет утюг)

Вос. : Маша давай я сама поглажу, маленьким детям утюгом пользоваться нельзя так как при неправильном использовании это может привести к пожару.

(воспитатель объясняет, как правильно пользоваться утюгом)

Вос. : ребята а что вы будете делать если случится пожар?

Дети: звонить в 101! выбегать из дома... .

Маша: а что же мне делать пока Мишка не вернется?

Вос. : Чтобы Маше лучше запомнить опасные и неопасные предметы, предлагаю поиграть в подвижную игру: «Опасно-неопасно».

Дети делятся на две команды. Одна команда из предложенных картинок с электроприборами выбирает «опасные» предметы, а другая команда выбирает «неопасные» электроприборы.

Вос. : Маша, а сейчас послушай стихотворение, которое расскажет Саша.

«Розетки мне интересны! »

«В гости к нам пришла соседка,
Мы резвились с ней полдня,
Спицу вставили в розетку,
Из розетки- столб огня!
Мы с соседкой еле-еле
Прыгнуть в сторону успели.
Папа мой, большой знаток,
Нам сказал: «В розетке-ток,
Вам розетку эту я
Трогать не советую,
Утюги и провода
Не хватайте никогда!
Ток невидимый без рук
Вас ударить может вдруг! »

Вос. : Ребята, чему учит нас это стихотворение? (ток опасен, нельзя баловаться с розеткой) Правильно, если не соблюдать правила безопасности при использовании электроприборов, может случиться беда.

Вос. : а сейчас проверим наши знания и поиграем в игру «Доскажи словечко»
На экран выводятся сюжетные картинки с опасными ситуациями.

Если в дверь начнут ломиться –
То звони скорей в милицию!

Если взрослых дома нет,
Не веди ни с кем бесед,
– До свидания! – скажи,
Быстро трубку положи!

Выйдешь на балкон – так знай:
Там на стулья не вставай!

Это может быть опасно –
С высоты лететь ужасно.

Если кнопки из коробки
Разлетелись – собери,

Если гвозди на дороге
Ты увидел – подбери!

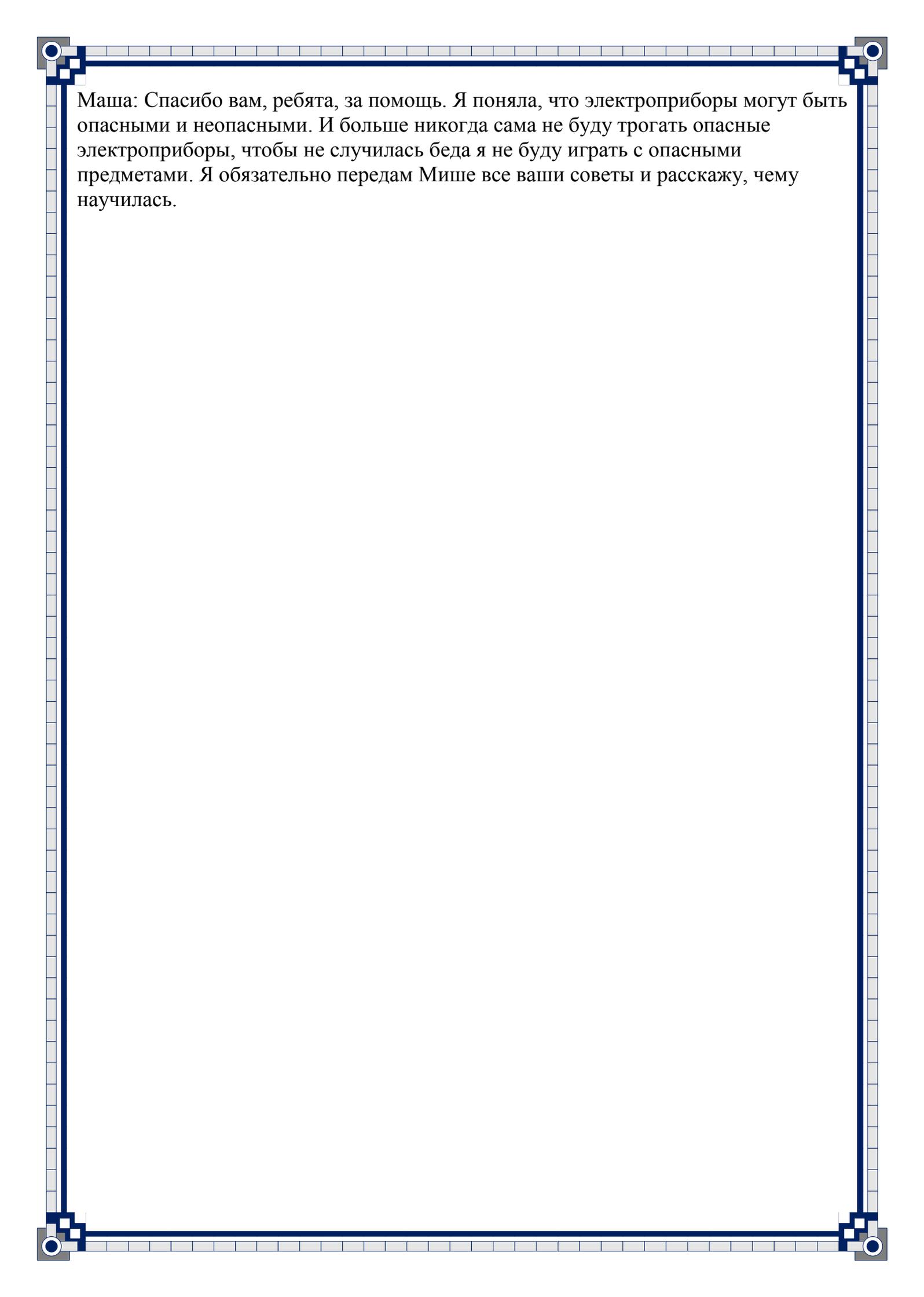
Хочу напомнить всем, друзья:
Играть со спичками нельзя!

Ты, малыш, запомнить должен:
Будь с розеткой осторожен!

С ней никак нельзя играть,
Гвоздики в неё совать.

Коль решил играть с водой
кран ты вовремя закрой.

Острый нож ты не бери,
Лучше маму позови.



Маша: Спасибо вам, ребята, за помощь. Я поняла, что электроприборы могут быть опасными и неопасными. И больше никогда сама не буду трогать опасные электроприборы, чтобы не случилась беда я не буду играть с опасными предметами. Я обязательно передам Мише все ваши советы и расскажу, чему научилась.

День пятый

1. Минутка здоровья «Путешествие в страну Витаминию»

«Путешествие в страну ВИТАМИНИЮ»

Цели и задачи:

Способствовать расширению знаний детей об овощах, как полезных продуктах; познакомить детей в доступной форме с целебными свойствами некоторых овощей.

Способствовать формированию реалистических представлений о природе; закрепить правила гигиены питания.

/Входит Сладкоежка; гирлянда из разных сладостей, в одной руке бутылка фанты колы, в другой - пакет с коробкой, конфет./

Сладкоежка:

"Я Сладкоежка Сладкоежкин,

Люблю я вкусненько поесть!

Мармелад, пирожное, отличное мороженое!

Булочки, ватрушки, сдобные пампушки.

"Марсы", чипсы и "Пикник"

Развивают аппетит!

Не люблю делиться - всё мне пригодится!"

/Садится за стол и достаёт из пакета содержимое/.

- Этот торт мне, и колбаска мне,

И конфетки мне,

Не подходите вы ко мне!

Айболит: - Не бойся, Сладкоежка, я у тебя ничего не заберу! Только не могу поверить, что ты один можешь всё съесть.

С. - Да, съем и никому не дам, ведь я сладости очень люблю! Нету большей радости для меня, чем сладости.

А. - Ребята, а вы любите сладости?

С. - Ой, ой, ой! Что-то у меня живот заболел! И в боку боль! И зубы болят!

А. - Ребята, как вы думаете, почему Сладкоежка заболел?

Да, вы правы. Сладости мы любим, но есть их нужно понемногу. Иначе, можно заболеть. И не стоит забывать: сладостей сто, а здоровье одно. Надо научиться отказывать себе в продуктах, которые вредят здоровью: чипсы, фанта, напиток пепси. Нельзя забывать о здоровом питании. Ведь нужно есть то, что требуется моему организму, а не то, что хочу есть я. Народная мудрость гласит: "Здоровье потеряешь - всё потеряешь".

Внимание! Внимание! Сегодня мы отправляемся в путешествие в страну Витаминию. Как вы думаете, ребята, кто жители этого города и почему он так называется? Такого города нет ни на одной карте. Этот город необычный и жители здесь особенные, необыкновенные. Они помогут ответить нам на такие вопросы: «Почему нужно есть много овощей и фруктов?»

В путь дорогу собирайся,

За здоровьем отправляйся!

А.- А, вот показалась первая станция. Сейчас мы узнаем ее название. Чтение детям отрывок их стихотворения А. Тувима «Овощи»

Хозяйка однажды с базара пришла,

Хозяйка с базара домой принесла:

Картошку,

Капусту,

Морковку,

Горох,

Петрушку и свеклу.

Ох!..

- Кто запомнил, что принесла хозяйка с базара?

Как назвать это, одним словом?

Кто догадался, как называется станция? («Овощная»)

СЦЕН Как на нашей грядке

Выросли загадки –

1 Сочные да крупные,

Вот такие круглые.

Летом зеленеют

К осени краснеют. (помидоры)

2. Летом – в огороде,

Свежие, зеленые.

А зимою – в бочке,

Крепкие, соленые. (огурцы)

Сидит дед

В сто шуб одет,

Кто его раздевает,

Тот слезы проливает (лук)

4. Щеки розовы, нос белый

В темноте сижу день целый.

А рубашка зелена,

Вся на солнышке она. (редис)

5 Круглый бок, желтый бок,

Сидит на грядке колобок.

Врос в землю крепко.

Что же это? (репка)

6. И зелен, и густ,

На грядке вырос куст.

Покопай немножко,

Под кустом(картошка)

7. Золотая голова, велика, тяжела.

Золотая голова отдохнуть прилегла.

Голова велика,

Только шея тонка. (тыква)

9. Что за скрип, что за хруст,

Это что еще за куст?
Как же быть без хруста,
Если я (капуста)
8 Дом зеленый тесноват:
Узкий, длинный, гладкий.
В доме рядышком сидят
Круглые ребятки.

Осенью пришла беда –
Треснул домик гладкий,
Поскакали кто куда
Круглые ребятки

10 Прежде чем его мы съели,
Все наплакаться успели (лук) КА: "Реклама овощей".

Дачник:

Во саду ли, в огороде
Фрукты, овощи растут.
Мы сегодня для рекламы
Их собрали в зале тут.
Слушайте внимательно,
Запоминайте старательно!

ЛУК:

Лук зелёный - объеденье!
Он приправа к блюдам.
Ешьте, дети, лук зелёный:
Он полезен людям.
Витаминов в нём не счесть -
Надо лук зелёный есть!
И головки лука тоже
Нам полезны и пригожи!

МОРКОВЬ:

А морковочка – подружка
Дорога и любя.
Ешьте, дети, все морковь,
Очищайте зубы.

ПОМИДОР:

А я - толстый помидор,
Витаминов полный.
Очень долго я расту -
Возраст мой преклонный.
Сначала я зелёным был,
Но август - месяц наступил -
Стал краснеть я день за днём,
Чтобы взяли меня в дом.

Дачник: Ешьте, дети, помидоры,
Пейте сок томатный:
Он полезный, витаминный
И на вкус приятный.

ОГУРЕЦ:

Превосходный огурец
Лежит на рыхлой грядке.
Ешьте, дети, огурцы,
Будет всё в порядке!

РЕПА:

Наша жёлтенькая репка
Уж засела в землю крепко.
И кто репку ту добудет,
Тот здоровым, сильным будет.

КАРТОФЕЛЬ:

Посадили мы картошку
Ещё в мае-месяце.
Выросла она на диво -
И крупна, и так красива!
А картошка - хлеб второй,
Это знаем мы с тобой.
Собирай картошку смело,
Не жалея ты сил для дела!

Дачник: Мы представили сегодня
Вам рекламу для борщей.
Для здоровья и для силы
Ешьте больше ...

ДЕТИ: О - во- шей!

- А как отличить овощи от фруктов? (овощи растут на грядках и они обычно не сладкие)

А. - Отправляемся дальше.

- А вот появились жители этой станции. Выходят дети.

Как называется станция, к которой мы подъехали?

«Фруктовая»

(Дети показывают рекламу «Фруктовый сад»)

Я - крепкое, хрустящее,
Чудо настоящее.

Желтое и красное –
Кожица атласная.

Яблочко румяное

Детям всем желанное!

Называют меня грушей.

Я скажу, а ты послушай:

Полюбите меня, дети!

Я полезней всех на свете.
В огороде я лежала,
Витамины собирала.
А теперь пришла пора
Вам отдать их, детвора.

Я - заморский гость, банан,
Переплыл я океан.
Меня солнце попросило
Передать свою вам силу.
У меня колючий бок,
На макушке – хохолок.
Замечательный на вкус,
Ананасом я зовусь.
Спелый, сочный апельсин —
В фруктах первый витамин.
До чего же он хорош
И на солнышко похож.

Посмотрите-ка, арбуз,
Вот забавный карапуз!
Сверху важный, гладкий,
А внутри-то сладкий.
Виноград, виноград,
Много ягодок подряд
Выросло на ветке —
Объеденье, детки!
Я пузатый, жёлтый фрукт:
Кислый, но полезный.
Если горло заболит,
Прогоню хандру я вмиг.

С оранжевой кожей,
На мячик похожий,
Но в центре не пусто,
А сочно и вкусно.
Этот фрукт на вкус хорош
И на лампочку похож.

Синий мундир, желтая подкладка,
В середине сладко.
(Слива)
На шнурочке – стебелёчке
Сладких ягод груда
На большое блюдо.

Все о ней боксеры знают
С ней удар свой развивают.
Хоть она и неуклюжа,
Но на фрукт похожа ... (груша)
Физминутка. Игра "Вершки и корешки".

А. - Я буду называть овощи, а вы, если мы едим подземные части (корешки) - садитесь на стульчики, а если наземные (вершки) - то встаёте и хлопаете в ладоши. \Картофель, огурец, морковь, помидор, свёкла, капуста, чеснок, да ещё кабачок!\

- ❖ А что такое витамины? Витамины – это вещества, которые содержатся в овощах, фруктах. Они полезны для организма человека.
- ❖ Так почему нужно есть много овощей и фруктов? (отвечают дети)
- ❖ С друзьями витаминами мы встретимся на следующей станцию. Отправляемся на «Витаминную», где живут очень полезные друзья Витамины.
- ❖ Посмотрите, в зеленой одежде нас встречает: Витамин А, в синей одежде – Витамин В, а в красной – Витамин С.
- ❖ Что в руках у друзей – Витаминов? (корзины с овощами и фруктами)
- ❖ А почему человеку нужны разные овощи и фрукты? (в разных овощах и фруктах содержатся разный набор витаминов)
- ❖ В каких овощах содержится витамин А? (Дети смотрят на корзину и называют)

Витамин А: Я, витамин А. Меня вы найдете в капусте, морковке, помидорах. Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен я!

- ❖ Для чего же нужен Витамин А?
- ❖ В каких овощах и фруктах содержится витамин В?

Витамин В: А я витамин В. Меня много в таких овощах как свекла, яблоки, редиска, зелень салата. Если вы хотите быть сильными, иметь хороший аппетит и не хотите огорчаться и плакать по пустякам, вам нужен я!

- ❖ Для чего нужен этот витамин В?
- ❖ А где мы встретим витамин С?

Витамин С: Я витамин С. Меня вы найдете в черной и красной смородине, лимоне, луке. Если вы хотите реже простужаться, быть бодрыми, быстрее выздоравливать при болезнях, вам нужен я!

- ❖ Для чего нужен витамин С?
- ❖ Игра «Собери фрукты и овощи».

А.- Ну вот, уважаемый Сладкоежкин. Теперь ты понял, что нужно употреблять в пищу, для того чтобы быть здоровым?.

С.- Так точно, мне все понятно! Спасибо ребятки!

А: Витамины - это жизнь!

С ними нужно всем дружить!

У тебя болезней нет!

Дам тебе такой совет:

Витамины потребляй
И здоровье прибавляй!

С.: Вот спасибо, доктор, Вам!
Каждый должен думать сам,
Как болезни победить
И здоровье сохранить!
Витамины - это жизнь!
С ними нужно всем дружить!

3. «Школа этикета» (в картинках)

Цель: учить правилам поведения в общественных местах



СОБЛЮДАЙ ЧИСТОТУ

Ты почаще повторяй:
Город свой не засоряй!

Если мимо урны каждый
Житель бросит фантик свой,
Двор и улица однажды
Станут свалкой городской.

Неужели не понятно:
Жить на свалке неприятно!



У себя до.ма

Погулял? Сними сапожки,
Быстро тапочки надень.
От порога до окошка
Чисто будет целый день.



Научись, урок не труден,
Говорить «спасибо» людям.
Сам «спасибо» заслужи
И «пожалуйста» скажи.



На прогулке или дома
Всех друзей или знакомых
Поприветствуй от души,
Громко «здравствуйте» скажи.

Вежливые слова

Живут волшебные слова на свете.
Их знать должны и взрослые, и дети.
Они благодарят и просьбы выполняют,
Они здоровья и удачи всем желают.



После прогулки и перед едой
Надо мыть руки тёплой водой.
Не хватай еду руками, сидя за столом,
А бери кусочки вилкой, жуй с закрытым ртом.

3.Экскурсия по городу.

Цель: знакомство с достопримечательностями города.

4.Развлечение на батутах

Правила безопасного посещения детьми батута

1. Детям необходимо снять обувь (до носков), а также другие острые или опасные предметы (такие, как очки, пряжки, ручки, значки и т.п.).
2. На батуте запрещается: есть, пить, жевать жевательную резинку.
3. Запрещается блокировать вход или выход надувного изделия.
4. Запрещается играть на ступенях передней площадки.
5. Запрещается подниматься по стенкам или на них висеть.
6. Родители и другие посетители батута не должны перекрывать поле зрения дежурного по аттракциону, в целях безопасности входа- выхода детей.
7. На батуте не допускается проявление ненадлежащего поведения, кувырки и грубая игра. Не допускаются действия, создающие опасность для окружающих.
8. В одно время на батут допускаются дети одного возраста в количестве не более 3 человек. Более активные и старшие дети допускаются на батут отдельно от младших.
9. Не допускается подходить к воздухонагнетателю и производить с ним какие-либо действия (в случае если он работает с нарушениями, необходимо срочно обратиться к администратору

День шестой

1. Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге»

Цель: познакомить с методами оказания первой помощи и профилактикой ожогов

Первоочередные мероприятия, направленные на устранение солнечного ожога, заключаются в охлаждении поврежденных участков кожи. Это необходимо для того, чтобы уменьшить болевые ощущения и прекратить повреждающее действие высоких температур, которые наблюдаются в обожженной коже ещё на протяжении нескольких часов после исключения контакта с солнечными лучами. Для этих целей идеально подходят охлаждающие компрессы с обычной водой или с крепким холодным чаем, [соком алоэ](#), томатным, огуречным и другими видами сока. Из медикаментозных средств можно использовать водный раствор антисептиков: хлоргексидина, декасана, фурацилина. Примочки заменяют в зависимости от их нагревания.

Не менее важным является обезболивание. Не зависимо от того, какой степени ожог, намного легче перенести его, если принять противовоспалительные препараты: анальгин, парацетамол, ибупрофен, темпалгин. Показаны также и антигистаминные препараты типа диазолина, лоратадина, кларитина. Они уменьшают [отек](#) и неприятные зудящие ощущения в области ожога.

Очень важно помнить о том, что **ни в коем случае не стоит делать** при оказании первой медицинской помощи при солнечных ожогах кожи:

1. Наносить на поврежденные участки средства, содержащие в составе спирт. Это усилит боль, пересушит поврежденную дерму и увеличит зону поражения.
2. Мыть ожоговую поверхность различными мыльными и гелевыми гигиеническими средствами, содержащими в своем составе различные химические соединения. Это может вызвать сильную аллергическую реакцию.
3. Смазывать кожу жирными кремами. Они будут выполнять роль термического щита, что будет препятствовать охлаждению кожи и увеличит степень повреждения.
4. Самостоятельно вскрывать пузыри. Неправильно проведенная подобная процедура с нарушением правил антисептики может привести к инфицированию ожоговой поверхности и плохому заживлению.

2. Подвижные игры.

Цель: сплочение коллектива, снятие психологических зажимов

Веселый паровозик

Отряд становится в круг. Вожатый предлагает выйти в центр мальчику и девочке — они будут водящими (веселыми паровозиками), а все ребята вокруг — вагончиками. Вожатый просит назвать водящих свои имена. По команде паровозики подбегают к любому вагончику и говорят: «Привет, я веселый паровозик, а ты кто?» «Вагончик» называет свое имя, например Денис, после чего водящий машет руками вправо и влево пять раз, произнося на каждое движение имя вагончика: «Денис, Денис, Денис!» Затем паровозик говорит: «Поехали со мной!» На что вагончик должен поднять и опустить правую руку, сказав при этом:

«Ту-ту, ту-ту». После чего паровозик берет за руку вагончик, который теперь становится водящим, и они едут дальше знакомиться с ребятами. По окончании игры вожатый объявляет победителем тот веселый паровозик, который больше всех собрал вагончиков.

Сантики — Фантики — Лимпопо

Вожатый выбирает водящего и просит его выйти в центр, назвать громко свое имя (например, водящего зовут Петя). Затем вожатый просит Петю закрыть глаза и, чтоб тот не видел, молча выбирает второго водящего. Петя открывает глаза. Ребята начинают произносить одну и ту же фразу: «Сантики — Фантики — Лимпопо», при этом все немного приседают и делают движения руками, как будто они вкручивают фонарики. Второй водящий, о котором не знает Петя, но знают ребята, начинает придумывать новые движения — присесть, как на физкультуре, или прыгать, как мячик. Все остальные ребята повторяют действия за вторым водящим. Задача Пети — определить, за кем повторяет движения отряд, и показать, кто в круге заводила. Если ему это удастся, то второй водящий выходит в центр, называет свое имя, закрывает глаза, а вожатый выбирает нового игрока, который будет задавать движения.

Тигр идёт

Вожатый объявляет водящего тигром и предлагает ему спрятаться в норку (выйти из круга). Когда тигр уходит, вожатый говорит отряду: «Мы пошли гулять на полянку». После этих слов все ребята изображают, как они гуляют по полянке — кувыркаются, собирают цветы, ловят бабочек. Когда веселье в полном разгаре, вожатый кричит: «Тигр идет!» Все ребята должны замереть и не двигаться. Появляется тигр. Он подходит к игрокам и своим рычанием пытается развеселить, заставить их двигаться. Трогать ребят тигру не разрешается. Ребята, которые начинают смеяться, шевелиться, выбывают из игры. А кто не сделает ни малейшего движения, объявляются победителями. Затем выбирается новый тигр.

Земля, вода, огонь, воздух

Очень забавная коллективная игра с мячом, развивает внимательность у детей.

Описание игры

Все игроки становятся в круг, в середину встает водящий. Водящий бросает мяч любому игроку, при этом произнося одно из четырех слов: земля, вода, огонь или воздух.

При слове "земля" тот, кому бросили мяч должен назвать какое либо животное, "вода" - какую либо рыбу, "воздух" - птицу, а при слове "огонь" - все машут руками. Игрок, который ошибся - выбывает.

Правила игры

Все игроки становятся в круг, в середину встает водящий.

Водящий бросает мяч любому игроку, при этом произнося одно из четырех слов: земля, вода, огонь или воздух.

При слове земля тот, кому бросили мяч должен назвать какое либо животное, вода - какую либо рыбу, воздух - птицу, а при слове огонь - все машут руками.

Игрок, который ошибся - выбывает.

Карлики и великаны

Ведущий объясняет игрокам правила игры.

Когда он произносит слово "карлики" - все должны присесть, потому что карлики маленькие. Произносить это слово он должен тоненьким голосом.

Когда он произносит слово "великаны", грубым голосом, все должны встать и поднять руки вверх.

Ведущий объявляет: "Ребята, запомните, правильные команды - это "карлики" и "великаны". На остальные команды вы не должны реагировать". И произносит вышеупомянутые команды, а еще "Встаньте", "Сядьте", "Поднимите руки вверх", все вперемешку. Те, кто выполняет неправильные команды, выбывают. Побеждает тот, кто допустит меньше всех ошибок.

« Штандер-Стоп»

С помощью считалочки выбирается водящий, остальные игроки образуют круг. Центр круга желательно обозначить мелом. Водящий берет мяч и встает в центр круга. Расстояние от центра круга до остальных игроков должно быть один-два шага.

Водящий подкидывает мячик высоко вверх и называет имя любого игрока из круга. Названный игрок должен попытаться поймать мяч. Если ему это удалось, игрок становится новым водящим, а бывший водящий занимает его место в кругу.

Если игрок не успел поймать мячик и он упал, коснувшись земли, все игроки разбегаются в разные стороны до тех пор пока игрок не поднимет мячик и не крикнет «Штандер!» или просто «Стоп!». После этого все игроки замирают, и игрок, вернувшись в центр круга, должен попасть мячом в любого игрока. Если ему это удалось, оставшийся игрок становится новым водящим, если он ни в кого не попал, он водит снова.

3. Экскурсия в пожарную часть.

Цель:

Учить детей правильно вести себя во время пожара, вовремя распознать опасность, принимать меры предосторожности;

Систематизировать знания детей о причинах, возникновения пожаров;

Углублять и расширять знания детей о работе пожарных по охране и жизни людей, о технике помогающей тушить пожар;

Воспитывать уважение и интерес к профессии пожарного, формировать негативное отношение к нарушителям правил пожарной безопасности.

Виды деятельности:

Игровая: *игра-драматизация* «Кошкин дом»;

подвижные игры: «Кто быстрее», «Быстрые и ловкие», «Окажи помощь пострадавшему»;

дидактические игры: «Горит – не горит», «Что необходимо пожарному», «Пожароопасные предметы»;

сюжетно-ролевая игра: «Мы пожарные».

Познавательная: беседы «Осторожно! Огонь!», «Если возник пожар», игра-занятие «Если в доме пожар, звони 101», составление творческих рассказов «Маленькая спичка – большая беда».

Художественная: чтение С.Я. Маршак «Пожар», «Рассказ о неизвестном герое», Л. Толстой «Пожар», В. Гальченко «Приключения пожарного», Т.А. Шорыгина «Бумажный самолетик»; конкурс детских рисунков «Пожарная машина», «Хочу быть пожарным». Вечер загадок (электробытовые приборы).

Ход экскурсии

Учитель: Ребята сейчас на автобусе мы с вами поедem в пожарную часть и там мы с вами поговорим о профессии пожарного, посмотрим какая у пожарных одежда, техника, приспособления для тушения пожаров.

(Приезд в пожарную часть, детей встречает командир отряда пожарных)

Пожарный: Здравствуйте, ребята! Знаете ли вы куда приехали? Правильно, это пожарная часть. А как называется профессия людей, которые здесь работают? (Пожарные) Молодцы правильно, а кто-нибудь из вас знает стихотворение про пожарных?

Ребенок:

С огнем бороться вы должны –
Вы смелые работники,
Вы очень людям всем нужны,
Отважные пожарники.

Пожарный: Посмотрите *(обращает внимание детей на диспетчера)*, вот сюда поступает сигнал о пожаре. Здесь есть телефон приема звонков, за ним и днем и ночью следит диспетчер, который и принимает вызов первым. А вы знаете, как позвонить в пожарную часть, если случился пожар? (101) Молодцы, правильно, да номер телефона 101, этот номер очень простой и короткий, его легко запомнить и быстро набрать, ведь во время пожара каждая минута дорога.

Если вьется пламя
Дым валит столбом,
«Сто один» мы наберем,
И пожарных позовем!

(проходят в учебную комнату)

Пожарный: Обращает внимание детей на одежду пожарного, рассказывает, что она служит для защиты от воды, от высокой температуры, от травм при тушении пожаров. В комплект входит: куртка, брюки, рукавицы, каска, сапоги, ремень. Рассматривают, из какого материала изготовлена одежда (брезент со специальной пропиткой, чтобы не воспламенялась и не промокала). Пожарная каска с гребнем наверху для защиты от ударов. Пояс широкий с петлей «карабином», которым можно прикрепиться к лестнице, чтобы не упасть. Пожарному нужен топор, он висит на поясе. Ребята, как вы думаете, для чего он нужен? (Рассуждения детей)
(Пожарный приглашает детей посмотреть пожарные машины)

Пожарный: Посмотрите, они все разные. Есть машины с цистерной для воды, есть с раздвижной лестницей. Обращает внимание детей на цвет машин. *Красный* – это цвет опасности, машину видно издали, когда она спешит на помощь с мигалкой и сиреной, водители других машин уступают дорогу.

Тревожный номер «сто один»,

Ты не останешься один.

Гудят пронзительно сирены –

Начало для пожарной смены:

Необходимо им спешить,

Пожар опасный потушить. *(С.А. Васильева)*

(Рассматривают машины, пожарный рукав, его длину, краны для подачи воды и пены. Дети фотографируются у пожарной машины, возвращаются в учебную комнату)

Пожарный: Ребята, скажите, а от чего может возникнуть пожар? (Рассуждения детей)

(Предлагает детям поиграть в игру «Горит – не горит»)

Пожарный: Скажите, что нужно делать если случился пожар? (Повторяет с детьми правила поведения при пожаре). Просит ребят быть очень внимательными, помнить правила пожарной безопасности и соблюдать их.

(Предлагает детям поиграть в игру «Мы быстрые и ловкие»)

Пожарный: Ребята, наша экскурсия подошла к концу, вы сейчас поедете в детский сад, но не забываете правила пожарной безопасности, ведь от этого зависит ваша жизнь и жизнь других людей. Вам понравилась экскурсия? (Да) Нарисуйте, пожалуйста, что вы здесь увидели, что вам понравилось и запомнилось больше всего.

Мы будем ждать ваши рисунки! До свидания!

День седьмой

1. Минутка здоровья «Осанка – основа красивой походки»

Цели:

- Привлечь внимание учащихся к проблеме сохранения осанки.
- Вызвать интерес к вопросам здоровья.

Задачи:

- Сформировать представление о правильной осанке, выявить причины её нарушения.
- Дать рекомендации по профилактике нарушений осанки.
- Воспитывать активный образ жизни, умение владеть своим телом в покое и движении.

Оборудование:

Компьютер, проектор, презентация, плакаты, «ромашка» с советами, продукты питания, небольшая подушка, звёзды разного размера.

Ход занятия:

I. Вступительное слово учителя. Мотивация.

- Здравствуйте, ребята. Говорить друг другу здравствуй – это, значит, желать здоровья. Здравствуйте! Говорят при встречах, желая здоровья, так и я приветствую вас.

Утром кто-то очень странный

Заглянул в наше окно,

На ладони появилось

Ярко желтое пятно.

Это солнце заглянуло,

Будто руку протянуло

Тонкий лучик золотой

И как с первым лучшим другом

Поздоровалось со мной.

- Солнце встречает каждого из нас теплом и улыбкой. Дарит каждому хорошее настроение. И я хочу вам пожелать, чтобы каждый день приносил вам радость!

- Начну я наш классный час с притчи.

Однажды шли три странника. В пути их застала непогода. Они увидели дом, постучали. Им открыл хозяин и спросил:

- Кто вы?

- Здоровье, Любовь, Богатство. Впустите нас погреться.

- Жаль, но у нас только одно свободное место. Пойду, посоветуюсь с семьёй, кого из вас впустить.

Больная мать сказала:

- Давайте впустим Здоровье.

Дочь предложила впустить Любовь, а жена – Богатство. Пока они спорили между собой – странники исчезли.

II. Самоопределение к деятельности.

- Ребята, посмотрите внимательно на доску.

- Как вы думаете, кто из странников очутился у нас на классном часе? (Здоровье).

- Да, действительно, сегодня речь пойдёт о здоровье.

-Здоровье – это счастье в жизни любого человека. Не зря в народе говорят: Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял – много потерял, здоровье потерял - всё потерял.

Профессор Израиль Брехман говорил: **ЗДОРОВЬЕ - ЭТО ВЕРШИНА, НА КОТОРУЮ ЧЕЛОВЕК ДОЛЖЕН ПОДНЯТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО.**

-Ребята, а что значит быть здоровым? (быть сильным, крепким, выносливым, ловким, стройным).

Всем известно, азбука обучает чтению,
Трудному, но главному для детей умению.

А у Айболита азбука другая,

Она привычкам правильным деток обучает:

Как простуды избежать,

Слух и зренье сохранять,

Закаляться, развиваться,

И здоровым оставаться.

Азбуку здоровья чаще открывай, Учи советы важные и в жизни применяй!

-Ребята, чтобы узнать тему нашего сегодняшнего классного часа, предлагаю вам отгадать загадку:

Быть здоровою должна

Наших школьников.....(спина).

III. Основная часть

- Да, сегодня мы поговорим о правильной и красивой осанке.

-Представьте двух молодых людей.

Идёт молодой человек, сутулится, спина круглая, голова наклонена, ноги волочит, точно специально старается подошвы поскорее стереть.

А вот другой: походка пружинистая, ступни легко отрываются от земли, торс прямой, плечи расправлены, голова приподнята.

-На кого приятней смотреть?

(ответы уч-ся)

- Да, второй человек красив, статен.

- Стройные люди радуют глаз. Но дело не только в красоте, у стройного человека правильно сформирован скелет. При правильной осанке легче работает сердце и другие важные органы. Правильная осанка не дается человеку при рождении, а приобретается им. Она вырабатывается в детстве и юности, после 18 лет исправить ее недостатки очень трудно, потому что в детском возрасте хрящевая ткань в позвоночниках еще не заменилась костной. Поэтому все взрослые постоянно говорят: «Не горби спину. Сиди прямо!» Неправильная осанка делает спину кривой, некрасивой. Если в детстве приучиться держаться прямо, тогда и в старшем возрасте не будут мучить боли в спине и пояснице.

-Ученые провели наблюдение. Оказалось, что если человек низкого роста, но держится прямо, то он кажется выше. А вот высокий, но сутулый - ниже.

-Что же такое осанка?

Осанка - это привычная поза непринужденно стоящего или сидящего человека. Правильная осанка в положении стоя означает, что плечи у нас слегка отведены назад, туловище выпрямлено.

Когда мы сидим, хорошая осанка означает, что спина у нас прямая, а голова приподнята.

(Учитель демонстрирует на детях)

- На осанку влияет, прежде всего, позвоночник – осевой орган. Позвоночник – это не просто стержень нашего организма. Вместе со скелетом он служит для защиты внутренних органов от внешних повреждений.

- Ребята, а кто имеет правильную красивую осанку?

- Правильную красивую осанку имеют балерины, гимнасты, фигуристы, фотомодели.

- Ребята, посмотрите, кто это к нам пожаловал? (Баба – Яга)

- Можно ли сказать, что у неё красивая осанка?

- Ребята, поднимите руку те, кто хочет узнать какие правила нужно выполнять, чтобы ваша осанка была правильной и красивой.

- Для того чтобы сохранить правильную осанку, нам помогут советы Доктора Айболита (используется «ромашка», дети по очереди снимают с доски лепестки с советами и зачитывают).

Совет №1: " Правильно сиди за партой"

- Ребята, почему нужно правильно сидеть за партой?

- При правильной посадке голова держится прямо, плечи развернуты, живот подобран, ноги ровно стоят на полу, пятки вместе.

- На стуле рекомендуется сидеть прямо, свободно, не горбясь и не облачаясь, не следует раскачиваться на стуле, сидеть на краешке либо "верхом". Садиться и вставать нужно бесшумно.

Вы, ребята, посмотрите:

Все ли правильно сидите.

Быть прямой должна спина,

Как гитарная струна

Ноги вы соедините,

Прямо голову держите.

Ну, а чтобы не устать

Позу нужно поменять,

А минут так через тридцать,

Походить не полениться.

- Ребята, вы, конечно, обратили внимание на то, что в нашем классе стоят парты разные по высоте. Правильный подбор мебели также имеет большое значение при сохранении осанки.

- Давайте подберём стул для этой парты.

(выходит ученик)

Совет №2: Занимайся спортом!

Чтоб успешно развиваться,

Нужно спортом заниматься,

От занятий физкультурой,
Будет стройная фигура.
Нам полезно без сомненья,
Всё, что связано с движеньем.

Вот, поэтому, ребятки,
Будем делать мы зарядку.

- Чтобы осанка была правильной надо двигаться, играть в подвижные игры, заниматься физкультурой и спортом.

- Укреплению позвоночника и сохранению правильной осанки способствуют пешие прогулки, катание на велосипеде или роликовых коньках. Правильно чередуйте учебные занятия (работу) с отдыхом. Полезно разумно использовать спортивные упражнения, такие как ходьба на лыжах, спортивные игры.

IV. Физкультминутка.

- Предлагаю послушать замечательную песенку и подвигаться! (дети выходят из-за парт и встают в центре класса).

V. Продолжение работы.

Совет №3: Спи на жёсткой постели.

- Ребята, а почему нужно спать на жёсткой постели?

Береги свой позвоночник
Утром, днём и даже ночью.

Чтобы кости не болели,
Спи на жёсткой ты постели.

Совет №4. Соблюдай режим дня.

- Ребята, почему нужно выполнять режим дня?

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает каждая семья
Должен быть режим у дня.

Если будешь ты стремиться
Распорядок выполнять -
Будешь лучше ты учиться,
Лучше будешь отдыхать.

Совет №5. Занимайся плаванием.

- Особенно полезно для спины плавание и гимнастика в воде. Плавание – эффективное средство коррекции нарушения осанки и сколиоза.

Совет №6. Правильно переноси грузы.

- Ребята, как правильно нужно переносить грузы?

Груз тяжёлый и большой,
Не носи в руке одной.
Поровну распределяй,
В две руки,
И в путь ступай.

- Ребята, а в чём лучше носить учебники и все школьные принадлежности?
(в ранце)

-Многие ребята ходят с сумкой на плече. Это отрицательно влияет на позвоночник. Масса ранца учащегося начальных классов должна весить 2 кг 700г.

Совет №7. Правильный подбор обуви и одежды.

-Правильно подобранная обувь даёт стопе ограничение, замкнутое пространство, которое способствует правильному формированию стопы, в дальнейшем поможет избежать травм и сформировать правильную походку.

Совет №8. Правильно питайся!

-Для сохранения правильной осанки необходимо правильное питание.

-Многие ребята отказываются от пищи, содержащей витамин D (печень, рыбий жир, яичный желток и пр.)

Витамин D нужен для того, чтобы кости были прочные и правильно развивались.

Знаем мы - нужна всегда всем полезная еда:

Разные продукты - овощи и фрукты.

А для осанки помни, дружок,

Очень полезный продукт - творожок!

Питание должно быть: разнообразным, регулярным, богатое овощами и фруктами и без спешки.

Мера нужна и в еде,

Чтоб не случиться нежданной беде.

Нужно питаться в назначенный час,

В день понемножку, по несколько раз.

-Ребята, я предлагаю вам сейчас поиграть в игру «**Разложи продукты**».

-Перед вами лежат продукты питания.

Задание такое: разложить эти продукты на две части.

Первая - продукты, полезные для здоровья.

Вторая - продукты, вредные для здоровья.

А теперь **совет № 9: Следи за своей походкой!**

-Чтобы сохранить правильную осанку, необходимо следить за своей походкой.

-Например, женщины Востока и Африки носят на голове сосуды с водой, корзины с фруктами, совсем не поддерживая их руками. Эти женщины отличаются стройностью, гордой осанкой.

Игра «Кто лучше пройдет».

-Сейчас мы поиграем в игру «**Кто лучше пройдет**».

Это упражнение помогает в сохранении осанки.

(Дети проходят с небольшой подушкой на голове.)

-Ребята, можно ли эти позы назвать правильными?

-Почему?

Позы, способствующие формированию неправильной осанки.

-У некоторых детей возникает нарушение осанки. В дальнейшем может развиваться сколиоз. Это значит, что деформирован позвоночник. Начинается такая болезнь, как правило, в 8-10 лет. Лечится долго, иногда даже в больнице. Позволяет держать осанку позвоночник - основной стержень тела. Он проходит посередине спины. Это гибкий ствол, составленный из 33 костей-позвонков.

-Что же такое сколиоз?

Сколиоз - это боковое искривление позвоночника.

Признаки сколиоза:

Искривлён позвоночник.

Перекошены плечи.

Перекошен таз.

Сказка о сколиозе.

-Послушайте сказку о сколиозе.

Сказка о Сколиозе.

В одной ужасной стране – стране Болезни высоко в Горбатых горах жил – был очень вредный и злой колдун Сколиоз. Он был очень маленького роста, у него был большой горб и очень длинные руки. Но самым неприятным в нём было его лицо: всегда угрюмое и нахмуренное, зеленоватого цвета с красными глазами, наверное, от злости. Сколиоз никогда не улыбался и не смеялся, и терпеть не мог человеческие улыбки и смех.

Когда он вылетал из своего логова и пролетал над человеческими поселениями, то надевал на себя шапку – невидимку, и поэтому никто из людей его никогда не видел. Но когда Сколиоз слышал человеческий смех, или видел, как люди улыбаются, то ему казалось, что они смеются над ним, над его некрасивой внешностью. Из-за этого он ненавидел всех людей! Особенно он ненавидел красивых, стройных и здоровых людей.

Думал он, думал и придумал, как навредить людям. Он сварил колдовское зелье, которое делало людей похожих на самого Сколиоза. Сколиоз брызгал зельем на спину людям, и у них постепенно искривлялся позвоночник, вырастал горб, руки опускались ниже колен. Люди переставали улыбаться и смеяться. Конечно, когда имеешь такую фигуру, то не до смеха.

И в наши дни злой колдун Сколиоз летает невидимкой среди людей и брызгает на них своё зелье.

Но не на всех действует это зелье! Оно совершенно не действует на спортсменов и на людей, которые всегда следят за своей осанкой.

-Задумайтесь, ребята, а на вас подействует зелье Сколиоза?

Работа с пословицей.

-Народом создано много пословиц и поговорок о здоровье. Объясните смысл пословицы.

«Человек настолько молод, насколько молод его позвоночник»

(Вы будете ощущать себя до тех пор молодыми, пока будет здоров ваш позвоночник.)

-Ребята, а вы хотите узнать правильная ли у вас осанка?

Как проверить осанку: (желающие ученики из класса)

1.Проверяем наличие сутулости.

Мерной лентой измеряем расстояние между крайними точками плеч сначала со стороны груди, а потом со стороны спины. Если результаты примерно одинаковы – всё в порядке, если второе число намного больше первого – сутулость есть.

2.Проверяем наличие искривления позвоночника.

Встаньте спиной к стене, плотно прижмите пятки, ягодицы и лопатки к стене. В этом положении между стенкой и поясницей должна проходить ладонь. Если проходит кулак – осанка нарушена.

Приступать к оздоровлению никогда не рано и никогда не поздно. Лучше сделать этот шаг сегодня, чем завтра

Профилактика сколиоза.

Способы лечения нарушений осанки.

- Лечебная гимнастика;
 - лечебное плавание;
 - массаж;
 - корректор осанки (ортопедический корсет).
 - Существуют комплексы упражнений для формирования правильной осанки.
- Комплекс упражнений лечебной физкультуры.

Корень, ствол у дерева –

Жизни всей источник,

Жизни ствол у человека –

Это позвоночник.

Сделав выводы теперь,

Вы держитесь твердо.

Чтобы по земле шагать

Вам с осанкой гордой.

VI. Рефлексия.

-Ребята, у вас на партах лежат звездочки трёх размеров. Давайте создадим своё звёздное небо. Выразите свои ощущения от классного часа, выбрав звезду нужного размера. Чем больше положительных эмоций вы испытали, тем большую звезду вы можете выбрать. Затем запишите 3 – 4 совета, которые помогут вам сохранить осанку правильной. (Учащиеся приклеивают звёзды на заранее подготовленный лист ватмана на доске).

VII. Итог занятия.

- Закончить классный час мне хотелось бы такими словами:

Мы рождены, чтоб жить на свете долго,

Грустить и петь, смеяться и любить.

Но чтобы стали все мечты возможны,

Должны мы все здоровье сохранить.

Следите за своей осанкой!

2. Беседа «Как вести себя в лесу и у воды»

Памятка - как вести себя в лесу.

1. В лес дети ходят только в сопровождении взрослых.
2. Костёр разводят только взрослые, они же готовят и обед.
3. Дети играют только на поляне, играть около костра опасно.
4. В лесу не ломать веток, не рвать цветов, трав,
5. Не разорять птичьих гнёзд, не брать из гнезда птенцов,
6. Осторожно вести себя на берегу ручья и у озера.

7. Убирать после себя мусор: бумагу сжигать на костре, а банки и бутылки класть в ящики для мусора.

8. Костёр заливать водой или засыпать песком .

9. Помни! После тебя на этом месте будут отдыхать другие люди. Храни красоту нашего леса!

Взгляни на глобус - шар земной-

Ведь он вздыхает, как живой.

И шепчут нам материки:

«Ты береги нас, береги!»

В тревоге рощи и леса,

Роса на травах, как слеза.

И тихо просят родники:

«Ты береги нас, береги!»

Грустит глубокая река,

Свои теряя берега.

И слышу голос я реки:

«Ты береги нас, береги!»

Остановил олень свой бег:

«Будь Человеком, человек!

В тебя мы верим - не солги,

Ты береги нас, береги!»

Помните! Мы не хозяева нашей природы, мы её друзья и она для нас кладовая солнца с великими сокровищами жизни. Мало того, чтобы сокровища эти охранять - их надо открывать и показывать.

Для рыбы нужна чистая вода - будем охранять наши водоёмы. В лесах, степях, горах разные ценные животные - будем охранять наши леса, степи, горы.

Рыбе - вода, птице - воздух, зверю - лес, степь, горы. А человеку нужна родина. И охранять природу - значит охранять Родину».

Давайте будем

Беречь планету!

Во всей Вселенной

Красивей нет.

Во всей Вселенной

Совсем одна!

Что будет делать

Без нас она?

3. Поход в городской парк

Цель:

Развитие патриотических чувств через знакомство с родным городом.

Задачи:

Формировать первоначальные знания о светофоре, навыки соблюдение ПДД и его назначение на дороге;

Формировать элементарные представления о природных сезонных явлениях.

Развивать наблюдательность и восприятие цвета.

Воспитывать любовь к родному городу.

4. Подвижные игры

День и ночь

Цель игры: развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

Ход игры: все игроки делятся на 2 команды. Одни — команда Ночи, другие — команда Дня. На игровой площадке проводятся две линии. Каждая команда выстраивается у своей линии. По команде ведущего «Ночь!» — команда Ночи ловит игроков другой команды и забирает их к себе. По команде «День!» — право ловить переходит к другой команде. Выигрывает та команда, которая к концу игры будет больше.

Особые замечания: осаленные игроки переходят в команду соперника.

Гном и дети

Цель игры: развитие коммуникативных и творческих способностей, образного мышления.

Ход игры: все игроки — дети. Один игрок — «гном». Дети отходят от «гнома» и договариваются, что они ему будут показывать так, чтобы он не услышал. Потом подходят к «гному» и говорят:

— Здравствуй, Гном!

У тебя красивый дом,

Большая белая борода.

В гости мы пришли сюда!

— Здравствуйте, дети!

Где вы бывали-гуляли?

Что делали-видали?

— А мы тебе не скажем,

Мы тебе покажем!

После этих слов дети делают те движения, о которых договорились заранее. Когда «гном» отгадывает, он пытается поймать кого-то из детей, чтобы забрать к себе в подземное царство. Дети разбегаются.

Особые замечания: «гном» выбирает себе на замену самого ловкого и быстрого, по его мнению, игрока.

Карусель

Цель игры: развитие двигательных и творческих способностей.

Ход игры: игроки становятся парами, лицом к центру, образовав 2 круга.

Расположение детей в кругах

Стоящие во внутреннем кругу берутся за руки; стоящие во внешнем кругу делают один шаг влево для того, чтобы каждый ребенок стоял напротив соединенных рук игроков внутреннего круга.

Игра начинается со слов ведущего:

— Вот на площади веселье.

При этих словах игроки, стоящие во внутреннем кругу, подняв соединенные руки вверх, отходят на 4 шага назад, а игроки внешнего круга проходят под руками к центру, тоже делая 4 шага. Ведущий продолжает:

— Запестрели карусели.

Все игроки при этих словах, делая 4 шага, возвращаются на свои места. Дети, стоящие во внутреннем кругу, берутся за руки и поднимают их вверх, пропуская под руками игроков, стоящих в наружном кругу.

Далее ведущий говорит:

И народ жужжит, как шмель,
Ах, какая карусель!

Все игроки повторяют предыдущие движения. После этого дети, стоящие в наружном кругу, поворачиваются направо и вытягивают правые руки в стороны, а левые руки кладут на правые руки игроков, стоящих во внутреннем кругу. Игроки внутреннего круга крепко держатся за руки.

После этого оба круга двигаются сначала медленно, а потом все быстрее под слова ведущего:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели.

А потом кругом, кругом,

Все бегом, бегом, бегом.

Все игроки двигаются по кругу. Ведущий говорит:

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

Игроки замедляют бег и начинают идти медленно на соответствующие слова ведущего:

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра.

Карусель останавливается. Дети меняются местами: игроки наружного круга образуют внутренний круг и берутся за руки; игроки внутреннего круга становятся в наружный и опускают руки.

Особые замечания: слова могут произносить хором все игроки.

Цветочный сад

Цель игры: развитие внимания и двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

Ход игры: каждый игрок выбирает себе название какого-нибудь цветка: роза, тюльпан, маргаритка, гвоздика и т. д. У каждого игрока — свой цветок. Начинает игру «роза». Она называет любой цветок, например тюльпан. «Тюльпан» убегает от «розы». Когда «роза» его настигает, он должен успеть назвать другой цветок, и тот теперь убегает от «тюльпана».

Особые замечания: пойманный игрок меняет название своего цветка и возвращается в игру. Побеждает тот, кто ни разу не был пойман.

Пчелки в саду

Цель игры: развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

Ход игры: игроки, взявшись за руки, встают в круг лицом к центру — это «деревья». 4—6 игроков образуют внутри большого круга маленький круг — это «пчелки» в саду. Они тоже стоят лицом к центру. Одновременно все игроки произносят слова:

Кто в саду? Кто в саду?

Пчелка в розовом саду.

При этом дети-«деревья», стоящие в большом кругу, идут в одну сторону, а «пчелки» — в другую. Все говорят:

— Ползай, пчелка, с веточки на ветку, с веточки на ветку, с листика на листик.

Наружный круг останавливается, дети поднимают вверх сцепленные руки.

«Пчелки», стоящие в маленьком кругу, расцепляют руки и идут змейкой в воротца, т. е. под поднятыми руками игроков-«деревьев» из наружного круга. По окончании слов каждая «пчелка» становится за одним из «деревьев». Они меняются местами, и игра продолжается.

Особые замечания: дети должны идти ровной змейкой и останавливаться только по окончании слов.

День восьмой

1. Минутка здоровья «Правильное питание»

Цель: Сформировать у детей желание вести здоровый образ жизни и правильно питаться.

Задачи:

- Определить принципы здорового питания.
- Способствовать укреплению здоровья детей через физические минутки.
- Воспитывать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Оборудование: листок здоровья, музыкальное сопровождение, костюмы к сценке.

Конспект урока.

- Здравствуйте, дорогие друзья! Говорить друг другу здравствуй – это значит желать здоровья.
- Посмотрите друг на друга и скажите, как выглядит здоровый человек.
(Дети называют признаки, характеризующие здорового человека: весёлый, бодрый, энергичный, у него чистая кожа, блестящие волосы, здоровые ногти, хороший сон...)
- Как вы думаете, а у вас хорошее здоровье? Давайте проверим. Я буду говорить предложения, а вы ставите плюс на своём листке здоровья, если это так и минус, если нет.

Тест «Твоё здоровье»

У меня часто болит голова.

У меня часто бывает насморк.

У меня болят зубы.

Иногда у меня болит ухо.

Каждый год я болею простудными заболеваниями.

Я быстро устаю.

Некоторые продукты и лекарства вызывают у меня аллергию.

Ко мне легко прилипают всякие болезни.

У меня часто болит живот.

- У кого получилось больше плюсов?

- Что посоветуем этим детям?

(Дети дают советы).

- Выберете слова, характеризующие здорового человека, подчеркните карандашом в листе здоровья.

Здоровый человек – это ... человек.

крепкий

толстый

неуклюжий

ловкий

сутулый

стройный

сильный

бледный

весёлый
красивый
румяный
подтянутый

- Какие слова вы выбрали? (Дети отвечают).

- Каждый человек должен заботиться о своём здоровье, потому что никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам! Ребята, а вы знаете сказку Валентина Катаева «Цветик –семицветик»? О чём рассказывает автор? У нас на доске появился такой же цветик-семицветик. Он поможет нам попасть в страну Здорового питания.

Дети открывают по очереди лепестки и читают на них:

Здоровье – это красота.

Здоровье – это сила и ум.

Здоровье – это богатство.

Здоровье нужно беречь.

Здоровье нужно всем.

Здоровье – это жизнь.

Здоровье – это счастье и успех.

-Отправляемся в страну Здорового питания...

(Входят сказочные герои Незнайка и Пончик).

Незнайка. Ты видишь, Пончик, какие здесь ребята красивые, подтянутые, спортивные. Сколько они всего умеют.

Пончик. Да, Незнайка, ребята молодцы! А мы с тобой ничего не умеем.

Незнайка. Это ещё почему? Мы просто ещё не пробовали! Давай попробуем.

(Берут обручи, крутят, но не удерживают на талии).

Незнайка. Это я, наверное, сегодня мало каши ел.

Пончик. Ты её совсем не ел. Ты выпил лимонад и съел шоколадку.

Незнайка. Ну и что! Зато это так вкусно.

Воспитатель. Незнайка, понимаешь, от шоколада ты не будешь долго сыт, а лимонад, вообще пить вредно.

Незнайка. Да? Я не знал! А что же есть? Каша такая невкусная.

Воспитатель. Её можно сделать вкусной. В кашу можно добавлять не только масло, но и фрукты, ягоды, и получается очень вкусно и полезно. Каша –исконно русское блюдо. Специальные каши варились в честь знаменательного события. Каша наиболее подходящее блюдо для завтрака. Она содержит большое количество питательных веществ, легко усваивается организмом. Очень полезна гречневая каша. Манная каша – самый калорийный продукт, её следует есть перед контрольной или трудной работой, соревнованиями.

Незнайка. Надо попробовать.

Пончик. Пойдём попробуем. (Уходят).

Воспитатель. Ребята, а вы знаете, как правильно питаться?

Исправьте предложения в листке здоровья, чтобы получились полезные советы здорового питания.

Полезные советы здорового питания

Кушать больше жирной пищи.
Больше ешь солёного и острого.
Меньше ешь овощей и фруктов.
Больше ешь сладостей.

Чипсы и лимонад – полезная еда.

Воспитатель. Зачитайте, какие советы у вас получились. (Ответы детей).

- Ребята, послушайте историю об одной девочке.

(Ученик читает стихотворение С. Маршака «Про девочку, которая плохо кушала»)

Раз бабулю Люсю посетила внучка,
Крохотная девочка, милая Варюшка.

Бабушка от радости накупила сладостей,
Вкусный суп сварила, свежий сок открыла.

- Кушай, Варечка, скорей – будешь крепче, здоровей,

Вырастешь такая – умная, большая,

Глазки будут меткими, зубки будут крепкими.

- Скушай суп, котлетки, йогурт и ещё сырок.

- Не хочу, бабулечка, выпью только сок.

Снова бабушка хлопочет, угодить малышке хочет.

- Сырнички, тефтели, блинчики, пельмени.

Морщит Варя носик – есть она не хочет.

- Не сердись, бабуля, ты готовишь очень вкусно,

Но компот, конфеты, мороженое – это главная еда.

Остальные все продукты – ерунда!

Расскажите, дети, Варя, что же с ней произойдёт,

Если будет кушать Варя лишь конфеты и компот?

(Ответы детей).

Воспитатель. Ребята, давайте поможем девочке Варя разобраться какая пища полезная, а какая нет.

Поиграем в игру «Что разрушает здоровье, а что укрепляет». Я буду называть продукты, если они полезны, вы хлопайте, а если вредны для организма, вы топайте.

(Молоко, рыба, чипсы, кефир, конфеты, морковь, капуста, торт, фанта, лук, яблоко, пепси, огурцы, груша).

Воспитатель. Молодцы, ребята! А как вы думаете, почему необходимо есть больше фруктов и овощей? (Ответы детей).

Воспитатель. Слово «витамин» придумал американский учёный-биохимик Казимир Функ. Он открыл, что вещество «амин», которое содержится в оболочке рисового зерна, жизненно необходимо людям. Соединив латинское слово *vita* (жизнь) с «амин», получил слово «витамин». Детям необходимо съедать в день 500-600 г овощей и фруктов. Ягоды, фрукты и овощи – основные источники витаминов и минеральных веществ. Большинство витаминов не образуются в организме человека, а поступают только с пищей. Давайте послушаем, что скажут об этом сами витамины.

Витамин А – витамин роста. Ещё он помогает нашим глазам сохранять зрение.

Найти его можно в молоке, моркови, зелёном луке.

Витамин С прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах и фруктах, ягодах.

Витамин D сохраняет нам зубы. Без него зубы человека становятся мягкими и хрупкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем витамин D.

Оздоровительная минутка «Вершки и корешки».

Воспитатель. Я буду называть овощи, если едим плоды, которые растут под землёй, то вы приседаете, а если нет, то вы встаёте. Во весь рост и поднимаете руки вверх. (Картофель, фасоль, морковь, помидор, свёкла, огурец, репа, тыква, чеснок).
(Вбегают Незнайка и Пончик.)

Незнайка. Ой, как плохо мне!

Пончик. Ой, тяжело! Всё-таки каша вредная.

Воспитатель. Что с вами случилось?

Незнайка. Что случилось! Что случилось! Уж больно вкусная каша получилась. А оказалась вредной.

Воспитатель. Почему?

Незнайка. Откуда мы знаем! Первую тарелку я ел рисовую кашу с изюмом. Вторую тарелку овсяную кашу с бананом. Третью – гречку с молоком, четвёртую – манную с клубникой и сливками. Так было вкусно! Только не пойму, какая из них вредной оказалась.

Воспитатель. Незнайка, разве так можно?

Пончик. Вы же сами говорили, что в кашу можно добавлять фрукты и ягоды!

Воспитатель. Я и сейчас не отказываюсь от своих слов. Ребята, что Незнайка и Пончик сделали неправильно? (Дети: они переели.)

Пончик. Переели? Это как?

Воспитатель. Надо есть в меру. Тогда и живот болеть не будет.

Незнайка. А может нам зарядку сделать, чтобы лучше стало?

Воспитатель. Нет. Нельзя!

Пончик. Почему?

Воспитатель. Вам сейчас лучше отдохнуть. Вы и так сильно перетрудились.

Незнайка. А я интересные загадки знаю. Хотите, загадаю?

Черна, мала крошка,

Соберут немножко,

В воде поварят,

Кто съест, похвалит. (Гречка).

Как во поле во кургане

Стоит курица с серьгами. (Овёс).

В поле метёлкой,

В мешке жемчугом. (Пшеница).

Весь из золота отлит

На солнышке отлит. (Колос).

Незнайка. Эти я загадки выучил, потому что из круп каши вкусные делают.

Пончик. Кашу вкусной ягоды делать помогают. И я загадки выучил.

Бусы красные висят,
Из кустов на нас глядят.
Очень любят бусы эти
Дети, птицы и медведи. (Малина).
Чёрных ягод полон куст,
Хороши они на вкус. (Чёрная смородина).
Хоть она красна на вид,
Но на вкус она горчит.
На болоте среди кочек
Ты найдёшь её, дружочек. (Клюква).

Незнайка. Да, оказывается каши очень вкусные. Я их теперь целый день есть буду.

Воспитатель. Я рада, что тебе понравились каши. Но всё время есть каши – это неправильно.

Незнайка. Это ещё почему?

Воспитатель. Питание должно быть разнообразным. Ребята, давайте поможем Незнайке и Пончику составить меню на завтрак, обед и ужин. Запишите на листах здоровья своё меню на день.

Воспитатель. Давайте проверим, какое меню вы составили. (Дети отвечают).

Незнайка. Понятно, почему ваши ребята такие ловкие и спортивные. Мало спортом заниматься, надо правильно питаться.

Воспитатель. Да, вы правы, режим питания у школьников особенный. Ребята затрачивают много энергии, и помогает восстановить её правильное питание.

Незнайка. А я всегда думал, что мы едим только для того, чтобы не испытывать чувство голода. Спасибо вам ребята за меню и ваши советы. Я постараюсь спортом заниматься и правильно питаться и буду таким, как вы.

Пончик. И я хочу стать таким же стройным и красивым, как вы.

Воспитатель. Ребята, давайте подскажем нашим друзьям «золотые правила питания»

Дети:

Перед приёмом пищи сделать 5-6 дыхательных упражнений животом.

Кушать необходимо в одно и то же время свежеприготовленную пищу.

Тщательно пережёвывать пищу, не спешить глотать.

Во время еды нельзя разговаривать.

Главное – не переедать.

Есть необходимо 4-5 раз в день.

Воспитатель. А теперь давайте отправимся в школьную столовую и покажем нашим друзьям, как надо правильно питаться. Всем приятного аппетита!

Тест «Твоё здоровье»

У меня часто болит голова.

У меня часто бывает насморк.

У меня болят зубы.

Иногда у меня болит ухо.

Каждый год я болею простудными заболеваниями.

Я быстро устаю.

Некоторые продукты и лекарства вызывают у меня аллергию.

Ко мне легко прилипают всякие болезни.

У меня часто болит живот.

Здоровый человек – это ... человек.

крепкий сутулый весёлый
толстый стройный красивый
неуклюжий сильный румяный
ловкий бледный подтянутый

Исправь ошибки.

Полезные советы здорового питания

Кушать больше жирной пищи.

Больше ешь солёного и острого.

Меньше ешь овощей и фруктов.

Больше ешь сладостей.

Чипсы и лимонад – полезная еда.

2. Спортивный марафон

Цель: Развитие потребности в физическом совершенствовании и привычки к здоровому образу жизни

«Спортивный калейдоскоп» представляет собой несколько коротких спортивных и познавательных состязаний. Они развивают ловкость, а также меткость, находчивость, умение соотносить свои действия с действиями других.

Варианты организации:

- план подготовки разрабатывает отряд старших ребят, он же организует все мероприятия;
- спортивный калейдоскоп по очереди проводят все отряды, всякий раз меняя его содержание;
- в разработке калейдоскопа одновременно участвуют все отряды (звенья отряда готовят отдельные эстафеты, аттракционы, командные игры). Проводится калейдоскоп, таким образом, внутри каждого отряда по своей программе.

Для проведения калейдоскопа создается несколько игровых площадок, веранд, беседок. Учителя физкультуры (в лагере — спортивные инструкторы) готовят необходимое оборудование. Классы (отряды) формируют команды по 10-12 человек, выбирают капитана, оформляют учетный листок (например, в виде разноцветного круга, поделенного на столько секторов, сколько состязаний задумано организаторами). На оборотной стороне указывается номер команды, класс (отряд), фамилии членов команды.

После этого команды участвуют в эстафетах, выполняют разные задания, в том числе творческие, отвечают на вопросы викторин и т. д.

Задания «Спортивного калейдоскопа» могут выполняться в произвольной последовательности. Важно, чтобы в отведенное время (1-1,5 часа) команда успела принять участие во всех состязаниях. Результаты судьи заносят в учетную

карточку, которая сдается в диспетчерский пункт, где подводятся окончательные итоги.

Предлагаем свой набор заданий:

Руки - ноги - голова. Эстафета проводится в четыре этапа: «Тачка» (один идет на руках — другой держит его за ноги), «Страус» (бег вдвоем — голова одного находится под мышкой у другого), «Черепашка» (бег на четвереньках спиной к земле), «Трехножка» (правую ногу одного бегуна привязывают к левой ноге другого).

Электричка. У финишных флажков для каждой команды лежат по 10 городков-«вагонов». Первый участник, взяв городок, ставит его у линии дополнительных флажков «на попа». Остальные участники кладут свои «вагоны» вплотную, как бы составляя «электричку». Команда, первой выполнившая задание получает 10 баллов, второй — 9, третьей — 8 и т. д. Совершенная и неисправленная ошибка наказывается штрафом — минус 0,5 балла.

Мяч — в центр. Каждая команда образует круг. По сигналу судьи капитаны, стоящие в центре, по очереди бросают мячи каждому игроку своих команд и тут же получают его обратно. Последний бросок капитану — финал. За пропуск игрока, за падение мяча на пол начисляются штрафные баллы.

Точный выстрел. На высоте 1,5 м от земли подвешиваются три мишени разного размера и формы, например, маленькая игрушка, резиновое кольцо и волейбольный мяч. Каждый участник команды теннисным мячом делает три броска по любой мишени. Попадание в большую мишень — 3 балла, в среднюю — 4, в маленькую — 5. Для учащихся 1-3 классов расстояние до мишени должно быть 2 м, для 4-5 классов — 3 м, для 6-8 — 4 м.

Вечный двигатель. От каждой команды приглашается по 1 человеку. С обручами в руках они образуют круг диаметром 8-10 м. (Играть следует на асфальте или твердом грунте.) По сигналу каждый начинает одной рукой вертеть свой обруч. Участник, обруч которого крутился дольше всех, приносит своей команде 5 баллов, (если играют пять команд), остальные — соответственно 4, 3, 2, 1 балл.

Спортивная угадка:

- не глядя вытягивая карточки с изображением различной спортивной обуви, назвать вид спорта, в котором она используется;
- определить виды спорта, изображенные картинками-пиктограммами;
- за 1-1,5 минуты найти десять отличий двух картинок на спортивный сюжет;
- по рисункам, изображающим элементы судейства в различных игровых ситуациях, определить вид спорта и значение жеста арбитра.

Рекомендуем также составить кроссворд «Выдающиеся спортсмены», провести викторину «Салют, олимпиада!», открыть портретную галерею «Гордость российского спорта» или «Спортивная слава Новосибирска» (ребята должны подписать фамилии и имена изображенных спортсменов, указать вид спорта, которым они занимаются).

Затейливые выдумщики. Сделать развернутую подпись к фотографии, рисунку, плакату на спортивную тему; сочинить спортивную частушку; за 3 минуты представить скульптурное изображение спортсмена (фигуриста, штангиста,

баскетболиста и т. д.); на предложенную мелодию поставить пантомиму «Произвольный танец фигуристов».

За задание, выполненное в намеченное для этого время, команде начисляется 5 баллов. На тех, кто не уложился в отведенные минуты, накладывается штраф, за досрочный ответ и оригинальность добавляются поощрительные баллы.

3. Интеллектуальная викторина «Самый умный»

Цель:

Расширить кругозор обучающихся;

Развивать интеллектуальные способности, умение адекватно оценивать свои знания и полученный результат.

Воспитывать ответственное отношение к выполнению задания.

Ведущий: Мы приветствуем зрителей и участников игры "Самый умный"! Сегодня - поединок учеников 2- 4-го класса. В игре участвует две команды.

1-й ТУР

Ведущий: Мы начинаем игру. Вначале несколько слов о её правилах. Игра состоит из трёх туров. В 1-м туре вы отвечаете на вопросы из самых разных областей знаний. К каждому вопросу предлагается 3 варианта ответов. Нужно выбрать из них единственный верный. Для ответа на каждый вопрос у вас 5 секунд. Всего я задам 12 вопросов. Вы должны поднять сигнальную карточку с верным вариантом ответа.

Внимание! Вы готовы? Итак, начинаем 1-й тур!

Вопросы 1 тура:

1. На какой сигнал светофора можно переходить улицу?

- а) красный
- б) желтый
- в) **зеленый +**

2. Как называется плод арбуза?

- а) овощ
- б) фрукт
- в) **ягода +**

3. Как называется линия, которая делит земной шар на северное и южное полушария?

- а) экскаватор
- б) **экватор +**
- в) эскалатор

4. Из чего получается сахар?

- а) **из сахарной свёклы +**
- б) из сахарного сиропа
- в) из сока деревьев

5. Где расположены уши у кузнечика?

- а) **на ногах +**
- б) на голове
- в) на крыльях

6. Как называется начало реки?

- а) ручей
- б) **исток +**
- в) устье

7. Кто из перечисленных животных является земноводными?

а) **тритон** +

б) крокодил

в) змея

8. Какое из этих слов устаревшее?

а) изображать

б) наблюдать

в) **молвить** +

9. Кто из перечисленных авторов писал рассказы о природе?

а) Михалков

б) **Бианки** +

в) Барто

10. Что такое кинология?

а) наука о кино

б) **наука о собаках** +

в) наука о грибах

11. Какое сравнение используют, когда говорят об очень сильном дожде?

а) "как из бочки"

б) "как из кастрюли"

в) **"как из ведра"** +

12. Какое количество исполнителей в квартете?

а) 3

б) **4** +

в) 5

13. Что вырабатывается при помощи прививок?

а) **иммунитет** +

б) интуиция

в) инстинкт

14. Как можно назвать пары слов: глубокий-мелкий, тихий-громкий?

а) омонимы

б) синонимы

в) **антонимы** +

15. . Сколько диагоналей имеет прямоугольник?

а) 1

б) **2** +

в) 3

2-й ТУР

Ведущий: Мы пожелаем удачи всем тем, кто готов показать свои знания во 2 туре.!

Второй тур у нас состоит из категорий:

Категории знаний: "Растительная жизнь", "Братья наши меньшие", "Сказочные животные", "Калейдоскоп", "Угадай-ка", "Музыка".

Каждый игрок в порядке очередности выбирает категорию. Нужно дать как можно больше правильных ответов за 60 секунд.

"Растительная жизнь"

1. Как с греческого языка переводится название растения астра? (звезда)

2. Банан – это дерево или трава? (трава)
3. Слезоточивый овощ. (лук)
4. Ягоды какого растения могут быть черными, красными, белыми? (смородина)
5. Какой первоцвет получил название из-за своих листьев: снаружи тёмных, холодных, а изнутри - тёплых, мягких? (мать и мачеха)
6. Какой крупный цветок называют "цветком солнца" или "солнечным сыном"? (подсолнух)
7. На каком цветке гадают? (на ромашке)
8. Название какого цветка одновременно является женским именем? (Роза, Лилия)
9. Под каким деревом растёт подосиновик? (под осиной)
10. Как называется сушёный виноград? (изюм)
11. Новогоднее дерево (Ёлка).
12. Наука, которая изучает растения. (Ботаника)
13. Жалящее растение (крапива)
14. Как называется тропический лес? (джунгли)
15. С помощью чего распространяются семена одуванчика? (с помощью ветра)
16. Растение, из которого делают ткань. (хлопок, лен)
17. Что за дерево стоит - ветра нет, а лист дрожит? (осина)

"Братья наши меньшие"

1. Самая маленькая птичка. (колибри)
2. Куда зайцу удобнее бежать: с горы или в гору? (в гору)
3. Им кусает пчела. (жало)
4. Самое большое животное. (синий кит)
5. Птица, которая быстро бегает, но не умеет летать. (страус).
6. Дикая лесная свинья. (кабан)
7. Какое хищное насекомое питается тлём? (божья коровка)
8. На крайнем севере это животное впрягают в сани. (олень)
9. Сумчатое животное, живущее в Австралии. (кенгуру)
10. Что носит на спине верблюд? (горб)
11. Про каких животных можно сказать, что они «вылезают из кожи вон»? (змеи)
12. Какого зверя "ноги кормят"? (волк)
13. Какая птица выводит птенцов зимой? (клёст)
14. Чем дышит рыба? (жабрами)
15. Кто сильнее: муравей или слон? (муравей)
16. Какой зверь спит всю зиму вниз головой? (летучая мышь)
17. Царь птиц. (орел)

"Сказочные животные"

1. Пудель Мальвины. (Артемон)
2. Собака доктора Айболита. (Авва)
3. Пёс Дяди Фёдора. (Шарик)
4. Девушка с рыбьим хвостом. (Русалочка)
5. Собачка, которая помогала деду и бабе собирать урожай. (Жучка)
6. Пантера из сказки "Маугли". (Багира)
7. Крыса старухи Шапокляк. (Лариска)

8. Кот из деревни Простоквашино. (Матроскин)
9. "Слепой" кот из сказки "Золотой ключик". (Базилио)
10. Медведь, обучавший Маугли закону джунглей. (Балу)
11. Кто придумал Конька-горбунка? (Ершов)
12. Вожак волчьей стаи, приютившей Маугли. (Акела)
13. Муха, которая напоила всех чаем. (Цокотуха)
14. Черепаха из сказки "Золотой ключик". (Тортилла)
15. У кого в голове опилки? (Винни-пух)
16. Нюша – это кто? (Свинка)
17. Кто разбил золотое яичко? (мышка)

"Калейдоскоп"

1. Жидкое косметическое средство для мытья волос. (шампунь)
2. Сколько месяцев в году? (12)
3. Чего на нашей планете больше: суши или воды? (Воды)
4. Как называется специальная книга, в которой отмечают успеваемость учеников? (журнал)
5. Мера длины, равная 10 см. (дециметр)
6. За какой нотой следует нота ре? (до)
7. Какой цвет получается при смешивании красного и желтого? (оранжевый)
8. Как называется устройство для замораживания продуктов? (морозильник)
9. Как называется транспортное средство, предназначенное для полёта людей в космос? (космический корабль)
10. Как называется общая часть однокоренных слов? (Корень)
11. Им гребут, плывя на лодке. (весло)
12. Столица Франции. (Париж)
13. Её драют матросы. (палуба)
14. Кто на корабле главный? (капитан)
15. Низ обуви. (подошва)
16. Внучка Деда Мороза. (Снегурочка)
17. Его сначала заваривают, а потом пьют. (чай)

"Культура и искусство"

1. Сколько чудес света было в древности? (7)
2. Как называется картина, на которой изображен человек? (портрет)
3. Сколько подвигов совершил Геракл? (12)
4. Казахский струнный музыкальный инструмент. (домбра)
5. Исполнитель ролей. (актер)
6. Песенное состязание акынов. (Айтыс)
7. Место, где хранятся и выставляются картины, скульптуры. (Музей)
8. Человек, который сочиняет музыку. (Композитор)
9. На каком музыкальном инструменте играл крокодил Гена? (гармошка)
10. Кто управляет оркестром? (дирижёр)
11. Скульптура, изображающая стоящего человека. (Статуя)
12. Под какую музыку шагают солдаты? (марш)
13. Кого из казахских писателей ты знаешь?

14. Автор басни «Ворона и Лисица» (Крылов)
15. Сказание о богах и героях. (Миф)
16. Братья – авторы сказок. (Гримм)
17. Автор сказки «Колобок» (Народ)

"Казахстан"

1. Столица Казахстана. (Астана)
2. Река, на которой стоит Астана (Ишим, Есиль)
3. Сколько областей в Казахстане? (14)
4. В какой области живём мы? (Кокшетау)
5. Символ Астаны. (Байтерек)
6. Назови 3 Государственных символа. (Герб, Флаг, Гимн)
7. Президент Казахстана. (Н. Назарбаев)
8. Самое большое озеро в Казахстане. (Каспий)
9. Аким с. Приречное.
10. Птица, изображенная на флаге Казахстана. (Орел)
11. Переносное жилище казахского народа. (Юрта)
12. Скачки на длинную дистанцию. (Байга)
13. Когда отмечается праздник Наурыз? (22 марта)
14. Главный закон нашего государства. (Конституция)
15. 1 декабря какой праздник отмечаем.
16. Автор сказок про Алдара-Косе. (Народ)
17. Самая высокая гора в Казахстане. (Хан-Тенгри)

3-й ТУР

Ведущий: Последний конкурс нашей игры называется "Редактор". Перед вами текст, в котором допущены ошибки. Вам нужно за 5 минут отыскать и исправить все ошибки. Тот, кто лучше и быстрее всех справится с этим заданием, и будет победителем.

Карточка:

Я шолполеснойдарошки в диревню. Месность была мне знакома. В чяще леса слышался галасокмалинафки. У апушкимилькалибелый ромашки на высокой ношки. Отапушки к диревне тянулась паляна за паляной синела речька. Около речьки паслось стадо

Исправлено (для жюри):

Я шёл по лесной дорожке в деревню. Местность была мне знакома. В чаще леса слышался голосок малиновки. У опушки мелькали белые ромашки на высокой ножке. От опушки к деревне тянулась поляна, за поляной синела речка. Около речки паслось стадо. (25 исправлений)

Подведение итогов.

День девятый

1. Минутка здоровья

Цель. Формирование осознанного отношения к необходимости укреплять здоровье.

Задачи.

Образовательная: Познакомить с факторами укрепляющими здоровье.

Развивающая: Развивать интерес к здоровому образу жизни и занятиям спортом для здоровья человека.

Речевая: Развивать речь обогатить речь детей словами микробы фитонциды.

Воспитательная: Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Ход занятия

В гости к детям приходит поросёнок по имени Здоровячек.

- Дорогие ребята, согласитесь приятно чувствовать себя здоровым бодрым и весёлым! Ведь как говорит древняя поговорка: «В здоровом теле здоровый дух».

Немало поговорок и пословиц сложили люди о здоровье. Например такую: «Здоровье дороже золота».

А какие вы знаете поговорки о здоровье.

Здоровье ни за какие деньги не купишь.

Без болезни и здоровью не рад.

Береги платье с нову, а здоровье смолоду.

Здоров- скачет, захворал плачет.

Здоров будешь, всё добудешь.

- Молодцы

Воспитатель. А знаете ли вы что у нашего здоровья немало добрых и верных друзей. Давайте вместе подумаем, что помогает человеку быть здоровым.

- Ответы детей.

Воспитатель. Ты запомнил Здоровячек.

Здоровячек. Как прохладная и чистая вода помогает здоровью?

Воспитатель. Прохладная и чистая вода, которой мы умываемся, обливаемся или обтираемся по утрам, она закаляет, наш организм и прогоняет сон, очищает кожу, смывает с неё грязь пота болезнетворные микробы.

- Каждый из вас умывается по утрам и вечерам?

(Ответы детей.)

- Надо, надо умываться по утрам и вечерам,

А не чистым трубочистам стыд и срам, стыд и срам.

Воспитатель. Второй наш друг это утренняя зарядка.

Под звуки бодрой ритмичной музыки мы идем быстрым шагом, бежим, приседаем, делаем наклоны, берём мяч, обруч, скакалки. После утренней зарядки повышается настроение, появляется аппетит, ведь зарядка, регулирует работу всех органов, помогает включиться в дневной ритм.

Здоровячек. Давайте вместе с вами сделаем зарядку.

Для здоровья для, порядку дружно делаем зарядку,

Головою два кивка и в ладоши два хлопка,

Вот мы к солнцу потянулись,

Вот присели, разогнулись,

Вправо влево наклонились и на месте покружились,

На носок теперь на пятку вот и сделали зарядку.

Как вы думаете, что ещё помогает нам быть здоровым?

(Ответы детей.)

Верно, теплые солнечные лучи и свежий воздух.

Воспитатель. Особенно полезен воздух в хвойных сосновых и еловых борах. Этот воздух настоящий целительный настой, благоухающий ароматами смолы и хвои. И в лиственных лесах и борах в воздухе содержится много фитонцидов – особых летучих веществ, убивающих вредных микробов. Фитонциды тоже наши друзья. Здоровячек. Представьте себе лентяя, который редко моет руки, не стрижёт ногти. Дома у него пыльно и грязно. На кухне горы не мытой посуды, крошки и объедки, вокруг выются мухи-грязнухи. Как вы считаете заботиться этот человек о своём здоровье? (Ответы детей.)

- Верно! Незаботится!

Воспитатель. Ведь не мытые руки, и грязные ногти могут стать причиной различных заболеваний. Эти болезни так и называются – болезни «грязных рук». А мух не зря в старину величали «вредными птицами». Летают по помойкам, свалкам, а потом, залетают, в дома они переносят на своих лапках опасных микробов, которые могут вызывать болезни.

Надеюсь, вы поняли: чтобы быть здоровым, нужно следить за чистотой, умываться и мыть руки с мылом, чистить зубы и стричь ногти. Убирать свою комнату и мыть посуду. Ведь недаром говорится: «Чистота – залог здоровья».

Сейчас давайте с вами поиграем в игру «Поймай муху».

Молодцы ребята весело играли и всех мух – грязнух поймали.

Воспитатель. Я знаю немало ребяташек, которые не любят соблюдать режим дня. До поздней ночи они сидят у экранов телевизора или компьютера, а утром встают вялыми, бледными, не выспавшимися забывая замечательное правило:

«Рано в кровать - рано вставать – горя хвори не будете знать».

А ведь режим дня – прекрасный друг для нашего здоровья! Если мы всегда в одно и то же время встаём с кровати, завтракаем, обедаем, ужинаем, ходим на прогулки, ложимся спать, то у нашего организма вырабатывается определённый биологический ритм, который помогает сохранить здоровье и бодрость.

Воспитатель. Но мы с вами забыли ещё об одном нашем преданном друге – о движении. Давайте подумаем, может ли быть здоровым человек, который ведёт неподвижный образ жизни, большую часть времени сидит в кресле или лежит на диване? (Ответы детей.)

- Верно! Не может!

- А почему? Его мышцы, сердце не тренируются. Он не дышит свежим воздухом, ему не хватает солнечных лучей и кислорода. Малая подвижность ослабляет здоровье!

А движение, особенно на свежем воздухе, делает нас сильными, ловкими, закалёнными! Велосипед, самокат, роликовые коньки... Как чудесно мчаться на них по дорожкам, вдоль цветов и густой травы. Лето дарит нам не только тепло и солнечный свет, но и возможность купаться на речке или озере играть в подвижные весёлые игры на улице. А зимой, когда всё белым – бело, деревья и кусты наряжаются в пушистые снежные тулупы, можно кататься на лыжах и санках, играть в хоккей или кружиться на коньках вокруг сверкающей огнями ели. Физические упражнения в детском саду, подвижные игры на прогулке помогают нам укрепить здоровье, закаляют тело и волю, делают нас смелыми и сильными.

Здоровячек. Давайте произнесём волшебное заклинание, чтобы быть здоровыми и сильными.

Я хочу здоровым быть –

Буду с лыжами дружить.

Подружусь с закалкой,

С обручем, скакалкой

С теннисной ракеткой.

Буду сильным, крепким!

Воспитатель. Ребята, давайте вспомним и назовём друзей нашего здоровья?

Чем полезна утренняя зарядка?

Почему грязнули и неряхи часто болеют?

Что дарит нам движение?

Какие подвижные игры вы играете?

Почему полезно ходить на прогулки в лес, в парк? (Ответы детей.)

Здоровячек. А теперь давайте нарисуем сильного весёлого и здорового человека, и тех, кто помогает сохранить его здоровье.

2. Спортивная эстафета «Играй с нами, играй как мы, играй лучше нас» под девизом: «Мы за здоровый образ жизни»

Цель конкурса: формировать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни.

Задачи: - помочь ученикам осознать важность разумного отношения к своему здоровью; - способствовать укреплению здоровья детей; - развивать навыки работы в группах, коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь; - воспитывать культуру поведения и общения при работе в группах.

Оформление кабинета: плакат с названием конкурсной программы " Мы – за здоровый образ жизни "; рисунки учеников на доске; по периметру кабинета плакаты-стенгазеты "Мы за здоровый образ жизни!";

1 часть - интеллектуально-творческая, конкурсная программа;

2 часть - спортивная эстафета (проводится в спортивном зале учителем физкультуры).

Программа состоит из двух частей:

1 часть - интеллектуально-творческая, конкурсная программа;

2 часть - спортивная эстафета (проводится в спортивном зале учителем физкультуры).

Спортивная эстафета проводится с учетом возрастных особенностей школьников.

Домашнее задание:

- выбрать 2 команды из 10 человек;

- каждой команде необходимы: капитан, название, девиз, эмблема.

-выбранная команда готовит «Рекламный ролик», т.е. агитационное выступление по теме: «Мы - за ЗОЖ», используя стихи, плакаты, т.д. с рассказом на заданную тему.

1 часть:

Под музыку команды поднимаются на сцену и занимают места за игровыми столами.

Конкурс «Будем знакомы»:

-команда представляет свое название, девиз, эмблему.

Конкурс «Неспортивные песни о спорте»: (см.приложение №1)

- подобрать к каждой строчке из популярной песни вид спорта, о котором они напоминают.

Конкурс «Спорт»: (см.приложение№2)

-дописать по горизонтали недостающие буквы слов, в которых «спорт» является составной частью.

Конкурс «Замени пословицей, поговоркой»:

-выражение «Береги здоровье»

Конкурс «Поэтический»:

- есть начало, придумай конец.

«Чтобы часто не болеть...»

«Чтоб здоровым быть всегда..»

«Если хочешь долго жить...»

В этом конкурсе карточек должно быть столько, сколько играет команд. Каждая команда выбирает карточку путем вытягивания.

Конкурс «Друг- карандаш».

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».

Возможны варианты этого конкурса:

-принимает участие 1 человек из команды-художник;

-принимает участие вся команда-первый начинает, рисует один элемент, второй продол-жает, затем по очереди следующие члены команд и, наконец, последний заканчивает. После завершения этого конкурса капитан каждой команды представляет плакат жюри.

Конкурс «Закончи логическую цепочку»:

ТАЙМ-футбол.

ПЕРИОД-...

СЕТ-...

РАУНД-...

Конкурс «Превращалки»: (см.приложение№3).

-подобрать и вписать в клетки такие слова, чтобы верхнее слово превратилось в нижнее.

Каждое слово отличается от предыдущего только одной буквой. На выполнение этого задания -1 мин.

Конкурс «Домашнее задание».

«Рекламный ролик», т.е. агитационное выступление по теме: «Мы за ЗОЖ», используя стихи, песни, плакаты, т.д. с рассказом на заданную тему.

После выполнения всех конкурсов жюри подводит и объявляет результаты игры.

Эту программу можно проводить как игру по станциям.

Перед началом игры каждой команде выдается маршрутный лист, на котором указаны названия станций и маршрут передвижения. На каждой станции находится взрослый (педагог), он оценивает ответ, отмечает в маршрутном листе. Все команды начинают маршрут одновременно по общему сигналу. Команда-победитель награждается.

2 часть (спортивная):

Составляется учителем физкультуры.

Проводится в спортивном зале или на стадионе.

Приложение№1

«Неспортивные песни о спорте»

«Мы на лодочке катались...»

«Вот кто-то с горочки спустился...»

«Мои мысли - мои скакуны...»

«Я по жизни загулял, словно в темный лес попал...»

«Твоя вишневая «девятка» меня совсем с ума свела...»

«Не думай о секундах свысока...»

«Кони в яблоках, кони серые...»

«Я буду долго гнать велосипед...»

Велогонки

Конный спорт

Бег на короткие дистанции

Автомобильные гонки

Спортивное ориентирование

Шашки, шахматы

Лыжный спорт

Академическая гребля.

Приложение№2

С
П
О
Р
Т

С
П
О
Р
Т

С
П
О
Р
Т

Приложение № 3

М
Я
Ч

Г
О
Л

Отгадай загадки! (конкурс для болельщиков)

1. Чтоб играть в игру такую.

Надо «дядей Степой» быть.

И противнику в корзину

Легче будет гол забить.

(Баскетбол)

2. Поможет мышцы рук развить, как встарь, резиновый спортивный инвентарь.

(Эспандер)

3. Город древний, златоглавый,

Рад принять был все державы.

Символ – Мишка олимпийский.

Что за город, отгадай!

Букв в нем шесть. Подумай быстро,

Ты, же, братец, не лентяй.

(Москва).

4. Он в хоккее играет ловко,

Олимпийский чемпион-

За армейскую команду

Выступал прекрасно он.

В ЦСКА он как маяк.

Это Владислав...

(Третьяк)

5. И в футболе, и в хоккее

Знает ту команду всяк,

Потому что та команда

Называется...

(Спартак).

6. Два березовых коня

По снегам несут меня.

Кони эти рыжие,

А зовут их...

(Лыжи).

7. На ледяной площадке крик.

К воротам рвется ученик.

Кричат все: «Шайба! Ключка! Бей!»

Веселая игра...

(Хоккей).

8. Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие ...

(Коньки).

3. Экскурсия на швейную фабрику «ТЕКСТИЛЛИНЕ»

Экскурсия на швейную фабрику – это не только приятное времяпрепровождение. После посещения предприятия по производству ткани, у многих детей появляется желание связать свою взрослую жизнь со швейной фабрикой. Проведение экскурсий на базе фабрики, позволит не только понять детям, насколько это тяжелый труд – создавать одежду с нуля, но и поможет определиться с тем, чего они хотят добиться.

Во время экскурсии для школьников Вам покажут последовательность создания одежды.

Путешествие по фабрике начнется со склада сырья и механического цеха, в которых находятся тонны ткани, ожидающей своей очереди. Далее дети смогут увидеть, каким образом происходит раскройка деталей и как опытные мастерицы скрепляют и сшивают их вместе. Мастера и инженеры – технологи не только расскажут об истории фабрики и особенностях продукции, выпускаемой специально для детей, но и с удовольствием ответят на все интересующие детей вопросы. Наблюдая за стараниями специалистов, посетители фабрики смогут понять, насколько это нелегкий труд – создавать одежду, которая бы радовала и согревала детей. Если Вы считаете, что Ваш ребенок внимательный, усидчивый и аккуратный, то вполне возможно, что работа на швейной фабрике по производству детской одежды создана именно для него.

Экскурсии для детей на фабрике по производству одежды начинается с посещения настольного комплекса, который поражает своими размерами. Комплекс представляет собой длинный конвейер без конца и края. В нем главным звеном является настольная машина, в которую заправляются рулоны ткани. Далее ткань разворачивается, разглаживается. Автоматизированная техника настиляет одно полотно на другое, в зависимости от программы, которую задал ей инженер – технолог. После того, как все приготовления были сделаны, передвижные ножницы рассекают полотно на части. Благодаря этой процедуре облегчается дальнейшая работа с материалом.

Далее ткань передают в раскройный цех. В нем установлены специальные столы и машины, которые оснащены острыми ножами с различными формами. Сложность работы в этом цехе заключается в том, что при одном неверном движении можно испортить от десяти до двадцати полотен ткани.

После того, как детали были раскроены, их перемещают в швейный цех. Здесь для каждого типа одежды предусмотрена своя швейная машина. Также на многих фабриках есть специальные вышивальные комплексы. Работают они по следующему принципу: ткань заправляется в пальцы. Технолог задает машине программу для вышивки. И далее машина приступает к созданию настоящей красоты. А если резко заканчивается нитка, то автоматически останавливается весь комплекс, после чего специалист заправляет нить и снова задает команду системе.

Швейные фабрики, в которых на постоянной основе проводятся **детские эскурсии**, имеют многолетний опыт. Дизайнеры, работающие на фабриках, прикладывают все усилия для того, чтобы воплотить свою фантазию в реальность. Усердно работая над качеством своей продукции на протяжении нескольких десятков лет, многие швейные предприятия смогли стать ведущими в республике. Специалисты фабрик подвергают изготавливаемую ими продукцию ряду проверок. Их успешное прохождение подтверждено сертификатами и соответствием требований ГОСТа.

4. Творческий конкурс

Цель: развивать у детей фантазию и творческие способности посредством различных видов художественного творчества и создавать условия для творческой самореализации личности ребенка.

Задачи:

1. Заинтересовать детей участием в «Дне творчества».
2. Осуществить индивидуальный выбор подготовки творческих заданий.
3. Дать возможность детям публично продемонстрировать свои творческие способности.

Оборудование:

1. Листки-задания для каждого звена.
2. Записи четырех мелодий ритмичной музыки для номинации «Танцоры»; швабра, стул, сумка, чайник.
3. Бумага, ручки, бумага для рисования, карандаши, фломастеры, гуашь, кисточки для номинаций «Писатели», «Художники», «Поэты».
4. Газеты, скотч для номинации «Модельеры».
5. Оценочные листы для жюри.

Место проведения:

Подготовка творческих заданий проходит в отрядных комнатах, а демонстрация - в актовом зале.

Ход мероприятия

I. Организация лагеря.

На утренней линейке в лагере объявляется День творчества, который будет проходить по шести номинациям:

- танцоры;
- писатели;
- художники;
- поэты;

- модельеры;
- актеры.

К пяти из них дети готовятся в течение 1 часа, а шестая будет проходить на сцене импровизированно. В номинациях участвуют все желающие по своему выбору. Каждому звену выдаются листки-задания.

1-й отряд, 1-е звено

1. Номинация «Танцоры».

Придумайте танец, исполняемый со шваброй.

2. Номинация «Писатели».

Сочините рассказ о собаке, которая жила в холодильнике.

3. Номинация «Художники».

Нарисуйте необычное животное - кубохвостууса.

4. Номинация «Поэты».

Напишите оду, посвященную вчерашнему пирожку с мясом.

5. Номинация «Модельеры».

Сделайте костюм из предложенных материалов (газеты, скотч) и придумайте ему название.

1-й отряд, 2-е звено

1. Номинация «Танцоры».

Придумайте танец, исполняемый со стулом.

2. Номинация «Писатели».

Сочините рассказ про щуку, которая играла на гитаре.

3. Номинация «Художники».

Нарисуйте необычное животное - шваброшерстика.

4. Номинация «Поэты».

Напишите оду, посвященную сломанному зубчику расчески.

5. Номинация «Модельеры».

Сделайте костюм из предложенных материалов (газеты, скотч) и придумайте ему название.

2-й отряд, 1-е звено

1. Номинация «Танцоры».

Придумайте танец, исполняемый с сумкой.

2. Номинация «Писатели».

Сочините рассказ про ворону, которая любила кататься на велосипеде.

3. Номинация «Художники».

Нарисуйте необычное животное - кривопузууса.

4. Номинация «Поэты».

Напишите оду, посвященную радиатору центрального отопления.

5. Номинация «Модельеры».

Сделайте костюм из предложенных материалов (газеты, скотч) и придумайте ему название.

2-й отряд, 2-е звено

1. Номинация «Танцоры».

Придумайте танец, исполняемый с чайником.

2. Номинация «Писатели».

Сочините рассказ про майского жука, который боялся высоты.

3. Номинация «Художники».

Нарисуйте необычное животное - длинноногиуса.

4. Номинация «Поэты».

Напишите оду, посвященную фонарному столбу.

5. Номинация «Модельеры».

Сделайте костюм из предложенных материалов (газеты, скотч) и придумайте ему название.

II. Выступления отрядов по номинациям.

В назначенное время дети собираются в актовом зале. Оглашаются номинации, и свои «творения» показывает каждое звено.

Оценку дает жюри, и по каждой номинации звеньям вручаются чудесенки.

В шестой номинации «Актеры» участвуют все желающие дети. Ведущий предлагает выполнить следующие задания: Показать мимикой:

- вы жуете сладкую грушу;
- вы случайно съели горький перец;
- вы кусаете лимон;
- вы едите невкусную холодную овсяную кашу. Походить, как:
 - младенец;
 - Чарли Чаплин;
 - глубокий старик;
 - балерина;
 - солдат;
 - горилла;
 - слон;
 - человек, разбитый радикулитом. Произнести фразу «Мне нравится страна чудес»:
 - с удивлением;
 - с дрожью в голосе;
 - заикаясь;
 - как ребенок;
 - вопросительно;
 - с ужасом;
 - разочарованно;
 - восторженно.

Выразить свои эмоции на данную ситуацию криком:

- Вы бабушка. Сидите, смотрите в окно и видите, как хулиганы обижают вашего любимого внука;
- Вы на стадионе. На последней минуте ваша любимая команда забивает победный мяч и становится чемпионом;
- Вы мужчина. Стоите на балконе, бреетесь и вдруг видите, как вашу новую машину угоняют;
- Вы Тарзан. Издайте победный клич. Изобразить:
 - кипящий чайник;

- тающее мороженое;
- хмурого орла;
- штангиста, не успевшего отпрыгнуть от штанги. Посидеть как:
- пчела на цветке;
- председатель экзаменационной комиссии;
- побитая собака;
- наездник на лошади.

Рассказать стихотворение Агнии Барто:

Идет бычок качается,

Вздыхает на ходу.

Но вот доска кончается,

Сейчас я упаду,

представить, что:

- вы на торжественной линейке;
- вы иностранец;
- вас разбудили ночью, вы периодически засыпаете;
- в стиле реп.

III. Подведение итогов конкурса.

День десятый

1. Минутка здоровья. Беседа с медицинским работником.

«Зеленая аптечка»

Цель: познакомить с лекарственными растениями их полезностью

Там, где ступала нога человека: на пожарищах, на вырубках лесов и на местах длительного выпаса скота растут: крапива двудомная, щавель конский, пустырник, конопля посевная, полынь горькая и другие неприхотливые светолюбивые растения. Они являются лекарственными растениями.

Наиболее распространенные лекарственные травы – это подорожник большой, медуница лекарственная, василек синий, клевер луговой, пижма обыкновенная, одуванчик обыкновенный, кровохлебка лекарственная, тысячелистник обыкновенный и другие. Все эти травы широко используются в медицине. Лекарственными растениями леса являются береза, смородина, шиповник, костянка. Богат и разнообразен выбор лекарств в природной аптеке, но этикеток здесь нет. Знать растения полезные и вредные, уметь с ними обращаться в повседневной жизни, бережно охранять и разумно использовать – задача каждого человека.

Давно ли люди используют травы в лечении?

На протяжении многих веков бесценные дары природы используются для исцеления от всех болезней. Наши мудрые предки сами составляли рецепты целебных настоев, отваров, наваров и передавали их из уст в уста – из поколения в поколение. Многие из этих рецептов, конечно же, затерялись во времени, но достаточно большое их число все же дошло до наших дней.

Зачем использовать травы, если есть медицинские препараты?

Несмотря на то, что сегодня мы имеем возможность пользоваться всевозможными медицинскими препаратами, природные лекарства также могут оказать нам неоценимую помощь. В природной «аптеке» можно найти средства, действующие как кровоостанавливающие, улучшающие аппетит, нормализующие работу желудка, печени, почек, сердца, сосудов. Они хороши еще тем, что их грамотное применение требует терпения, сосредоточенности и веры в собственные силы. Человек, решивший исцелиться при помощи лекарственных растений, настраивает себя на нужную волну, благодаря чему включаются резервные возможности организма.

Некоторые люди говорят, что травы им не помогают. Почему?

К сожалению, очень многие люди совершенно не знают, как правильно пользоваться лекарственными травами – в какое время года их собирать, как хранить, как готовить из них необходимые препараты и по какой схеме лечиться. Непременнo нужно знать точную дозировку и противопоказания, поскольку не все растения безопасны для здоровья – при неправильном использовании они могут стать не лекарством, а ядом.

От чего зависят свойства лекарственных растений?

В процессе жизнедеятельности растения под влиянием световой энергии вырабатывают из неорганических веществ, получаемых из почвы, углекислого газа, воды, биологически активные вещества. Эти химические соединения оказывают определенное воздействие на организм человека: минеральные соединения, витамины, дубильные вещества, фитонциды («естественные антибиотики») и другие вещества могут благотворно влиять на обмен веществ, иммунитет, работу различных органов и систем.

Можно ли полностью заменить медикаментозное лечение травами?

Людей привлекают очень многие качества лекарственных растений. Ведь в отличие от антибиотиков они не вызывают аллергических заболеваний и лекарственных осложнений. Однако противопоставлять их медикаментозному лечению тоже не следует – только врач может определить необходимый баланс в приеме лекарственных препаратов и целебных трав. Нужно помнить о том, что действие одного и того же растения на здоровье разных людей может быть неодинаковым и зависит от особенностей организма. Каждое растение обладает своими особенностями воздействия на различные органы. Накопленный за многие века опыт использования лекарственных растений часто позволяет проводить профилактику и лечение разных заболеваний более «щадящими» средствами, чем традиционное медикаментозное (или, тем более, хирургическое) лечение. Впрочем, и официальная медицина отнюдь не пренебрегает богатыми возможностями лекарственных растений: по сути дела, действующие вещества большинства фармакологических препаратов – растительного происхождения или их синтетические аналоги. И сами травы нередко назначаются врачами в качестве альтернативы или дополнения к традиционному курсу лечения.

2.Конкурс рисунков «Мой город»

Создать условия для осознания ребёнком себя в окружающем мире, воспитание чувства патриотизма, любви к родному городу

3. «Спортивный калейдоскоп»

«Спортивный калейдоскоп» представляет собой несколько коротких спортивных и познавательных состязаний. Они развивают ловкость, а также меткость, находчивость, умение соотносить свои действия с действиями других.

Варианты организации:

- план подготовки разрабатывает отряд старших ребят, он же организует все мероприятия;
- спортивный калейдоскоп по очереди проводят все отряды, всякий раз меняя его содержание;
- в разработке калейдоскопа одновременно участвуют все отряды (звенья отряда готовят отдельные эстафеты, аттракционы, командные игры). Проводится калейдоскоп, таким образом, внутри каждого отряда по своей программе.

Для проведения калейдоскопа создается несколько игровых площадок, веранд, беседок. Учителя физкультуры (в лагере — спортивные инструкторы) готовят необходимое оборудование. Классы (отряды) формируют команды по 10-12 человек, выбирают капитана, оформляют учетный листок (например, в виде разноцветного круга, поделенного на столько секторов, сколько состязаний задумано организаторами). На оборотной стороне указывается номер команды, класс (отряд), фамилии членов команды.

После этого команды участвуют в эстафетах, выполняют разные задания, в том числе творческие, отвечают на вопросы викторин и т. д.

Задания «Спортивного калейдоскопа» могут выполняться в произвольной последовательности. Важно, чтобы в отведенное время (1-1,5 часа) команда успела принять участие во всех состязаниях. Результаты судьи заносят в учетную карточку, которая сдается в диспетчерский пункт, где подводятся окончательные итоги.

Предлагаю свой набор заданий:

Руки - ноги - голова. Эстафета проводится в четыре этапа: «Тачка» (один идет на руках — другой держит его за ноги), «Страус» (бег вдвоем — голова одного находится под мышкой у другого), «Черепашка» (бег на четвереньках спиной к земле), «Трехножка» (правую ногу одного бегуна привязывают к левой ноге другого).

Электричка. У финишных флажков для каждой команды лежат по 10 городков-«вагонов». Первый участник, взяв городок, ставит его у линии дополнительных флажков «на попу». Остальные участники кладут свои «вагоны» вплотную, как бы составляя «электричку». Команда, первой выполнившая задание получает 10 баллов, второй — 9, третьей — 8 и т. д. Совершенная и неисправленная ошибка наказывается штрафом — минус 0,5 балла.

Летка-енька. Команды выстраиваются у своих стартовых флажков в колонну по одному и кладут руки на пояс впереди стоящего. В таком положении они танцуют под музыку, продвигаясь к финишу. Если команда доберется до него

«разорванной», ей назначаются штрафные очки (в зависимости от количества разрывов).

Мяч — в центр. Каждая команда образует круг. По сигналу судьи капитаны, стоящие в центре, по очереди бросают мячи каждому игроку своих команд и тут же получают его обратно. Последний бросок капитану — финал. За пропуск игрока, за падение мяча на пол начисляются штрафные баллы.

Точный выстрел. На высоте 1,5 м от земли подвешиваются три мишени разного размера и формы, например, маленькая игрушка, резиновое кольцо и волейбольный мяч. Каждый участник команды теннисным мячом делает три броска по любой мишени. Попадание в большую мишень — 3 балла, в среднюю — 4, в маленькую — 5. Для учащихся 1-3 классов расстояние до мишени должно быть 2 м, для 4-5 классов — 3 м, для 6-8 — 4 м.

Вечный двигатель. От каждой команды приглашается по 1 человеку. С обручами в руках они образуют круг диаметром 8-10 м. (Играть следует на асфальте или твердом грунте.) По сигналу каждый начинает одной рукой вертеть свой обруч. Участник, обруч которого крутился дольше всех, приносит своей команде 5 баллов, (если играют пять команд), остальные — соответственно 4, 3, 2, 1 балл.

Спортивная угадка:

- не глядя вытягивая карточки с изображением различной спортивной обуви, назвать вид спорта, в котором она используется;
- определить виды спорта, изображенные картинками-пиктограммами;
- за 1-1,5 минуты найти десять отличий двух картинок на спортивный сюжет;
- по рисункам, изображающим элементы судейства в различных игровых ситуациях, определить вид спорта и значение жеста арбитра.

Рекомендуем также составить кроссворд «Выдающиеся спортсмены», провести викторину «Салют, олимпиада!», открыть портретную галерею «Гордость российского спорта» или «Спортивная слава Новосибирска» (ребята должны подписать фамилии и имена изображенных спортсменов, указать вид спорта, которым они занимаются).

Затейливые выдумщики. Сделать развернутую подпись к фотографии, рисунку, плакату на спортивную тему; сочинить спортивную частушку; за 3 минуты представить скульптурное изображение спортсмена (фигуриста, штангиста, баскетболиста и т. д.); на предложенную мелодию поставить пантомиму «Произвольный танец фигуристов».

За задание, выполненное в намеченное для этого время, команде начисляется 5 баллов. На тех, кто не уложился в отведенные минуты, накладывается штраф, за досрочный ответ и оригинальность добавляются поощрительные баллы.

Танцевально-игровая программа «СПРИНТ»

Основные игровые атрибуты: лотерейный барабан с пронумерованными теннисными шариками, перечень игр и танцев, изготовленный в виде футбольного мяча.

Под веселую музыку ведущий вращает барабан, вытаскивает первый шарик. По его номеру и перечню определяют, с чего начнется вечер. В дальнейшем шарики из барабана вынимают победители конкурсов.

Кольцовка спортивных песен. Соревнование проходит между кругами (см. предыдущий конкурс). На то, чтобы команды подготовились к соревнованию — вспомнили слова и мелодии спортивных песен — дается три минуты. Затем каждый круг по очереди исполняет по одному куплету (петь разные куплеты одной и той же песни нельзя). Песни должны исполняться без перерыва, одна за одной. Если очередная команда сразу не запела, она выбывает из игры, а соревнование продолжает следующая.

Спортивный вальс. На расстоянии 2 м друг от друга устанавливают две стойки, на них, на высоте около 1,5 м, укрепляют горизонтальную рейку.

Первая пара, кружась в вальсе, проходит под рейкой, стараясь ее не уронить. Пара, сбившая рейку, из соревнований выбывает.

Когда под рейкой пройдут все пары, она опускается на 4-5 см, а ведущий объявляет второй тур вальса и т. д.

Побеждает пара, участвовавшая в наибольшем количестве туров.

Танцевальный марафон. В первом туре участвуют все желающие. Лучшие пары награждаются жетонами, получают право танцевать во втором туре. Победителям этого тура вручают, например, цветы и приглашают на третий тур. Абсолютные победители становятся лауреатами конкурса.

Аэробика. Звучит музыкальный фрагмент. Задание: придумать к нему комплекс упражнений ритмической гимнастики. Через 7-10 минут музыка повторяется, и каждая команда демонстрирует придуманные ею комплексы.

Четырехборье. Участвуют все желающие или только представители команд.

Ведущий объявляет соревнования-поединки:

Прыжки в высоту. На стене, чуть выше головы (участники — девочки и мальчики — подбираются примерно одного роста) укрепляют лист бумаги. Соревнующиеся берут разноцветные мелки или карандаши. Задача: встать с мелком (карандашом) в руке спиной к стене и, подпрыгнув как можно выше, сделать пометку на листе ватмана. Побеждает тот, кто сумеет сделать самую высокую пометку.

Бег с препятствиями. На расстоянии 70-100 см друг от друга устанавливают кегли (8-10 штук). Участники с закрытыми глазами поочередно должны преодолеть десятиметровое расстояние, не задевая кегли. Каждая сбитая кегля — штрафное очко. Тренировочные забеги проводятся с открытыми глазами.

Метание диска. Из картона изготавливают диск диаметром 10 см. Побеждает тот, кому удалось метнуть его дальше всех.

Дриблинг. Мяч ведут, ударяя его об пол. Побеждает команда, игроки которой продемонстрируют «хороший дриблинг» — проведут мяч к финишу и обратно раньше своих соперников.

Спортлото: 4 из 16. Участникам раздают двойные карточки, на обеих половинках которых чертятся таблички на 16 клеток. В каждой клетке помечен номер и вид спорта. Ведущий предлагает зачеркнуть 4 номера из 16.

Первую половину карточки играющие опускают в ящик «Спортлото», вторую — оставляют у себя. После одного-двух конкурсов производится розыгрыш призов. Для этого 16 кубиков ставятся так, чтобы грани, на которых записаны номера, были внизу. Ведущий шариком или мячом выбивает четыре кубика, их номера и считаются выигрышными.

Спортивный аукцион. Ведущий «вооружается» аукционным молотком и объявляет тему, например: «Виды спорта», «Кинофильмы о спорте», «Спортивные атрибуты» и т. п. Тот, кто скажет по теме последнее слово (назовет последним вид спорта и т. д.), становится победителем и получает приз.

Приз стойкому и выносливому. Его обладателем становится участник, дольше всех выполнявший упражнения с мячом (подбрасывание вверх, удары о стену, дриблинг), с гантелями, с обручем.

4. Экскурсия на гор. мол. завод г. Текели

Задачи: расширить знания детей о труде животноводов; познакомить с основными трудовыми операциями, с оборудованием и механизмами; прививать интерес к сельскому хозяйству и производству молочной продукции, полезной для здоровья человека; воспитывать уважение к труду взрослых.

Предварительная беседа.

Воспитатель (В.). Дорогие дети, сегодня мы с вами совершим экскурсию на гор. мол. завод. А для начала отгадаем загадки. Итак, слушайте:

Белая водица

Всем нам пригодится.

Из водицы белой

Всё, что хочешь, делай:

Сливки, простоквашу,

Масло в кашу нашу,

Творожок на пирожок

Кушай, Ванюша-дружок!

Ешь да пей, гостям налей

И коту не пожалей!

Догадались, о чём идёт речь? (Дети отвечают.) Правильно, о молоке.

Теперь ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы:

— Что это за белая водица? (Молоко.)

— Откуда берётся молоко? (Его дают коровы.)

— Вспомните, что можно приготовить из молока? Что делают из молока дома ваши мамы и бабушки? (Творог, сыр, масло, сметану и т.д.)

— Откуда берутся молочные продукты в магазинах? (Их привозят с маслосырзавода.)

В. Дети, маслосырзаводу нужно очень много молока, чтобы обеспечить всех людей вкусной и очень полезной молочной продукцией. Молоко на завод везут из животноводческих ферм, где много коров, которые дают молоко. У нас, в деревне, тоже есть такая ферма, и сегодня мы с вами пойдем туда на экскурсию. Но прежде чем её совершить, давайте вспомним, как правильно себя вести во время экскурсии.

Воспитатель напоминает детям основные правила поведения:

При посадке в автобус заходить по одному, не толкаясь и не спеша.

В автобусе нужно сидеть спокойно и держаться за поручни. Во время движения нельзя вставать и ходить по автобусу. Выходить тогда, когда автобус остановится. На территории фермы не отходить от взрослых. Внутри здания ничего не трогать руками, не бегать, не толкаться, внимательно слушать взрослых.

Ход экскурсии

Воспитатель вместе с детьми заходит на территорию молочно-товарной фермы, обращает внимание на чистоту вокруг: забор покрашен, много клумб, газонная трава, везде убрано и ухожено...

В. А теперь, ребята, познакомимся с заведующим. Он заботится о том, чтобы коровы были вовремя накормлены, подоены, чтобы у них всегда было чисто. На ферме есть ветеринарный врач, который лечит коров, если они заболеют. За всем оборудованием следит инженер-механик.

От доильного аппарата по тонким трубочкам молоко идёт в толстые трубы, а затем в большой холодильник. Заведующий фермой ведёт всех в помещение, где стоит большой холодильник.

Беседа в группе

В. Куда мы с вами ездили? (На молочно-товарную ферму.)

Как зовут заведующего фермой? (Вадим Юрьевич.)

Какой порядок на территории фермы и внутри? (Там чисто, красиво, всё ухожено.)

Что вы видели в доильном зале? (Как доят коров.)

Куда попадает молоко с доильного аппарата? (По трубочкам в толстые трубы, а затем в холодильник.)

Кто обслуживает всё оборудование на ферме? (Инженер-механик.)

А кто лечит коров? (Ветеринарный врач.)

Какие комнаты есть на ферме для работников? (Душевая, комната отдыха...)

Что вы ещё видели на ферме? (Дети рассказывают, делятся впечатлениями.)

В. Ну вот, дорогие мальчики и девочки, вы своими глазами увидели, как приходят к вам на стол молоко и молочные продукты. И сколько людей трудится над этим. Правда, интересно? И как тут не вспомнить слова из загадки-стихотворения, которую я вам читала в самом начале нашего занятия: «Белая водица всем нам пригодится!».

А теперь все готовимся к обеду, и у нас будут молочные продукты на столе?..

День одиннадцатый

1. Минутка здоровья

Упражнения для улучшения мозгового кровообращения.

И. п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и. п., 3 - поворот головы налево, 4 - и. п., 5 - плавно наклонить голову назад, 6 - и. п., 7 - голову наклонить вперед. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти.

И. п. - сидя, руки подняты вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6-8 раз, затем руки расслаблено опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

Упражнения для снятия утомления с мышц туловища.

И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо, 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворота плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

4. Упражнения для мобилизации внимания.

И. п. - стоя, руки вдоль туловища. 1 - правую руку на пояс, 2 - левую руку на пояс, 3 - правую руку на плечо, 4 - левую руку на плечо, 5 - правую руку вверх, 6 - левую руку вверх, 7-8 - хлопки руками над головой, 9 - опустить левую руку на плечо, 10 - правую руку на плечо, 11 - левую руку на пояс, 12 - правую руку на пояс, 13-4 хлопки руками по бедрам. Повторить 4-6 раз. Темп - 1 раз медленный, 2-3 раза - средний, 4-5 - быстрый, 6 - медленный.

В рекомендациях "Минуты здоровья" предлагаются вниманию формы работы в учебно-воспитательном процессе, которые направлены на использование здоровьесберегающих технологий. Минуты здоровья можно отнести к таким технологиям. В отличие от традиционных физкультминуток они позволяют регулировать психическое состояние детей, оказывают положительное воздействие на физиологические процессы, снимают интеллектуальную и эмоциональную напряженность, формируют коммуникативные навыки детей.

Проведение минут здоровья в режиме дня детей дошкольного и младшего школьного возраста может способствовать решению более широкого комплекса оздоровительных, воспитательных и образовательных задач. Многие упражнения и задания, входящие в комплексы минут здоровья, являются психотехническими приемами.

Оздоровительные задачи направлены на удовлетворение потребности детей в движении.

Педагог не допускает физических и эмоциональных перегрузок, приводящих к утомлению;

- заботится о физическом и психологическом благополучии детей;

- доводит до понимания детей, что физические упражнения являются одним из источников крепкого здоровья.

Дети смогут:

- с удовольствием выполнять различные упражнения и двигательные задания в любую погоду и время года;

- заниматься физическими упражнениями, игрой в подвижные игры;
- осуществлять контроль за своим самочувствием в процессе выполнения физических нагрузок.

Воспитательные задачи направлены на развитие умственных и физических способностей.

Педагог формирует у детей потребность в результативных занятиях физическими упражнениями; целенаправленно развивает основные физические и нравственно-волевые качества; развивает положительные эмоции и дружелюбие, умение общаться со сверстниками; поощряет двигательное творчество и игровую деятельность.

Дети смогут научиться:

- сознательно относиться к выполнению различных физических упражнений и двигательных заданий;
- самостоятельно организовывать подвижные игры, используя свой двигательный опыт;
- подчинять свои желания общим требованиям и правилам при выполнении различных упражнений и игр.

Основные образовательные задачи направлены на овладение детьми определенным объемом знаний, умений, навыков о физических упражнениях и двигательных заданиях для их всестороннего развития.

Педагог расширяет у детей представления и знания о здоровом образе жизни;

- формирует у детей интерес к соревнованиям, конкурсам как форме максимального проявления их физических и психических возможностей;
- поощряет у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения различных заданий;
- учит правильно оценивать свои силы;
- развивает у детей физические качества: силу, ловкость, выносливость, гибкость;
- закрепляет приобретенные навыки и умения, наблюдать, сравнивать и анализировать свои движения и движения сверстников;
- культивирует у детей ценностные отношения к своим и чужим психическим и физическим возможностям.

Дети учатся:

- уверенно владеть "азбукой" движений;
- основам здорового образа жизни;
- ставить задачу и находить рациональные способы ее решения.

В основу рекомендаций "Минуты здоровья" положены принципы фасцинации (от англ. fascination - очарование) и творческой направленности (автор Л. Д.

Глазырина).

Они помогут педагогу осуществлять деятельность, направленную на формирование мотивации к здоровому образу жизни ребенка дошкольного и младшего школьного возраста.

Минуты здоровья в режиме начальной школы

2. Такое незнакомое «оригами» (изготовление поделок из бумаги)

Что такое оригами?

Оригами – искусство складывания поделок из бумаги, в основном без использования ножниц и клея. Это занятие уходит корнями в глубокую древность. "Японские хроники" ("Нихонги") утверждают, что оригами возникло в 610 г. н.э. Из Китая в Японию пришел секрет изготовления бумаги. Сначала ее делали из коконов шелкопряда, проваривая их, перетирая и высушивая на циновках. В результате получался тонкий шелковистый слой, который после отглаживания превращался в бумагу. Однако коконы шелкопряда были очень дороги, и их заменили дешевым сырьем: древесной корой, стеблями бамбука, тряпьем и т.д. Таким образом создавался уникальный материал, который можно было складывать, и при этом он прекрасно сохранял форму сложенной фигурки. Старинный способ изготовления бумаги процветает в Японии до сих пор. Рядом с огромными заводами, производящими бумагу по современным технологиям, есть и маленькие мастерские, в которых изготавливают по древним рецептам дорогую, элитную бумагу.

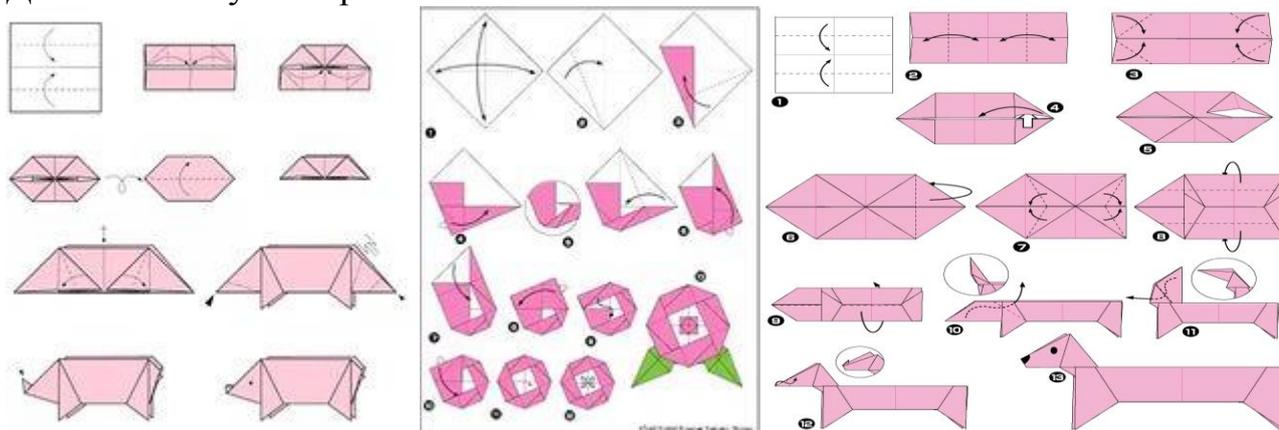
Оригами в переводе с японского – сложенная бумага или сложенное божество. Это искусство использовалось в ритуальных обрядах, и до сих пор считается отчасти сакральным. Складывая фигурку, вы вкладываете в нее вашу энергию, волю, желание, чувство. Даря ее, вы преподносите часть себя. Сложенная из бумаги Пахарита приносит удачу, а тысяча журавликов способны исполнить желание сложившего их. Кусудамы, подвешенная над кроватью, будет бережно хранить сон того, ради кого она была сделана. Поверьте в волшебство оригами, и ваши поделки не только украсят дом, но и принесут в него счастье и благополучие.

Оригами бывает различным. Классическое оригами предполагает изготовление фигурки из квадрата без ножниц и клея. Модульное оригами – искусство создавать сложные композиции из множества отдельно изготовленных модулей; в модульном оригами может использоваться клей для скрепления деталей, но это не обязательно. В простом оригами используются только складки "долиной" и "горой" и нет сложных элементов; этот вид разработан для неопытных оригамистов.

В оригами используется складывание по развертке и мокрое складывание. Первое предполагает изготовление поделки без схем. На рисунке обозначаются все складки будущей модели, по ним нужно осторожно и правильно сложить фигурку. Есть также способ, когда сначала схемами дается объяснение, как и в каком порядке следует делать сгибы бумаги, потом лист бумаги полностью разворачивается, и сворачивается в уже готовую модель. Это довольно сложно, и под силу только опытным оригамистам. Мокрое складывание было разработано японцем Акирой Ёсидзавой. Он использовал влажную бумагу для придания плавности линий и выразительности фигуркам. Искусство мокрого складывания очень сложное, и не каждый оригамист в состоянии сделать фигурку, для изготовления которой используется этот прием. Оригами вообще требует внимательности и аккуратности, но мокрое складывание нуждается в нем вдвойне.

Неправильно сделанный прогиб, слишком сильное надавливание на фигурку и пр. способны вместо придания ей объема безнадежно ее испортить.

Для чего же нужно оригами?



3. Весёлые старты

Цели:

- Пропаганда физической культуры и спорта;
- Сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- Приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта;
- Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- Воспитательная – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью;
- Образовательная – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;
- Оздоровительная – укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Ожидаемые результаты.

1. Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
2. Повышение уровня физического, а отсюда – психического и социального здоровья детей.

Содержание

В соревнованиях «Веселые старты» участвуют 3 команды по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек). В жюри входят старшеклассники, они подсчитывают очки, объявляют результаты, подводят итоги соревнований.

Спортивно-массовое мероприятие «Веселые старты» включает в себя проведение 10 эстафет различной направленности. Это эстафеты с элементами таких видов спорта как, легкая атлетика, баскетбол, хоккей, гимнастика, футбол. Командам на каждом этапе начисляются за 1 место - 1 очко, за 2 место – 2 очка, за 3 место – 3 очка. Команда победительница определяется по наименьшей сумме набранных очков.

В конце соревнований, во время подведения итогов соревнований вниманию зрителей и участников предлагается выступление участников художественной самодеятельности (танцевальная пара). А также участникам и зрителям по ходу соревнований будет предложено отгадать несколько загадок, связанных с различным видами спорта. Во время проведения эстафет играет музыка.

Оборудование: мячи баскетбольные, мячи волейбольные, кегли, клюшки, гимнастические маты и скамейки, обручи, скакалки, магнитофон,

Ход соревнований:

Спортивная площадка украшена надувными шариками, плакатами со спортивной тематикой.

Ведущий:

Добрый день, дорогие друзья. Мы рады видеть вас. Сегодня состоится спортивный праздник для девочек и мальчиков, обладающих вниманием, волей к победе, выдержкой, смекалкой. К соревнованиям допускаются ловкие, быстрые, не равнодушные к своему здоровью и физическому развитию ребята.

Давайте поприветствуем наших участников. Звучит маршевая музыка. Выходят участники соревнований. Строятся на парад.

Ведущий читает стихи:

Поиграйка, поиграйка
Наш веселый стадион.
С физкультурой всех ребят
Он подружит навсегда
Если хочешь стать умелым
Ловким, быстрым, сильным, смелым.
Научись любить скакалки
Вожжи, обручи и палки,
Никогда не унывай!
В цель снежками попадай,
В санках с горки быстро мчись
И на лыжи становись-
Вот здоровья в чем секрет,
Будь здоров! Физкульт привет!

Ведущий предоставляет слово командам для приветствия. Затем знакомит с составом жюри, в которое входят старшеклассники. Они будут оценивать эстафеты и подводить итоги соревнований.

Ведущий желает успехов участникам соревнований и объявляет о начале эстафет.

1 этап – Бег с эстафетной палочкой до ориентира(кегля) и обратно.

Примечание: обязательно обежать кеглю против часовой стрелки.

2 этап – «Футбол»: бег с ведением футбольного мяча ногой «змейкой»(препятствия - кегли), при возвращении ведение мяча ногой по прямой.

Примечание: стараться не сбивать кегли, за каждую сбитую кеглю присуждается 0,5 штрафного очка.

Ведущий загадывает загадку.

Не обижен, а надут,
Его по полю ведут,
А ударят нипочем,
Не угнаться за _____ (мячом)

3 этап – «Хоккей»: бег с ведением волейбольного мяча с помощью клюшки «змейкой» (препятствия – кегли), при возвращении бег с ведением мяча по прямой.

Примечание: см. 2 этап

4 этап – «Баскетбол»: все игроки команды стоят в колонне руки вверх , по команде передача мяча сверху по поднятым рукам, последний игрок получив баскетбольный мяч выполняет бег с ведением мяча «змейкой»(препятствия – кегли), при возвращении бег с ведением мяча по прямой с последующей передачей впереди стоящему игроку, сам встает впереди колонны.

Примечание: мяч не бросать, а передавать.

Ведущий загадывает загадку.

Два березовых коня
По снегам несут меня,
Кони эти рыжи
И зовут их _____ (лыжи)

5 этап – «Кенгуру»: прыжки с мячом зажатым между колен.

Примечание: если мяч выпал, продолжать движение нужно с того места, где выпал мяч. Обязательно передача эстафеты задев плечо игрока рукой.

6 этап – «Гимнастика»: бег, подбежав к обручам лежащим на полу, пролезть через себя обруч, при возвращении бег по прямой минуя обручи.

Примечание: на полу лежит 3 обруча.

Ведущий загадывает загадку.
Кто на льду меня догонит,
Мы бежим в перегонки,
А несут меня не кони,
А блестящие _____ (коньки)

7 этап – «Болото»: игрок держит в руках два обруча, с их помощью необходимо добраться до ориентира, наступая только в обручи, при возвращении бег, обручи в руках.

8 этап – «Тоннель»: игроки команды встают в шеренгу в высокий упор лежа (домик) и образуют «тоннель». Стоящий впереди игрок начинает ползти по «тоннелю» и встает в положение упора лежа последним, за ним ползет следующий и так все игроки, пока первым не станет направляющий.

Примечание: ползти можно любым способом.

Ведущий загадывает загадку.
Просыпаясь утром рано
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кровать,
Быстро делаю _____ (зарядку)

9 этап – «Гимнастика»: бег, вращая скакалку вперед и прыгая через нее, при возвращении тоже самое.

Примечание: оббегая ориентир скакалку не вращать.

10 этап – «Гимнастика»: кувырок вперед на гимнастическом мате, бег по гимнастической скамейке, при возвращении бег по прямой.

Ведущий: Пока подводятся итоги соревнований, предоставляем вашему вниманию выступление танцевальной пары. Ребята занимаются в спортивной школе бальных танцев.

Ведущий: Дорогие наши участники и зрители. Наши соревнования подошли к концу. Мне хочется сказать, что все участники соревнований с честью выдержали предложенные им испытания. Какая команда стала самой лучшей, самой быстрой, самой дружной и спортивной? Предоставляется слово жюри.

Жюри подводит итоги, объявляет победителей. Вручаются почетные грамоты и ценные призы.

Ведущий читает стихи:
Всем спасибо за вниманье,
За задор и звонкий смех,
За азарт соревнованья
Обеспечивший успех.
Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь,
Говорим мы «До свидания»,
До счастливых новых встреч.

4. Экскурсия в парк ДК.

Беседа по технике безопасности.

День двенадцатый

1. Минутка здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье»

Беседа на тему: «Друзья Мойдодыра»

Цель:

Продолжать воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки; расширять представления детей о том, насколько важно следить за чистотой своего тела, рук, лица и т.д.; продолжать приучать детей внимательно слушать рассказ воспитателя, вовлекать детей в разговор во время рассматривания иллюстраций; обучать умению вести диалог с воспитателем, слушать и понимать заданный вопрос. Наглядный материал: иллюстрация «Мойдодыра», конверт с письмом-стихотворением.

Ход беседы:

Педагог-психолог обращает внимание детей на иллюстрацию «Мойдодыра»: — Ребята, вы знаете, кто это? (выслушать ответы детей, уточнить их).

А вы знаете, я сегодня получила письмо от Мойдодыра (показывает конверт). Сейчас я открою конверт и прочитаю его.

«Письмо ко всем детям по одному очень важному делу»

Дорогие мои дети! Я пишу вам письмо: Я прошу вас, мойте чаще Ваши руки и лицо. Все равно какой водою: Кипяченной, ключевой, Из реки, иль из колодца, Или просто дождевой! Нужно мыться непременно Утром, вечером и днем — Перед каждою едою, Перед сном и после сна! Тритесь губкой и мочалкой, Потерпите — не беда! И чернила и варенье Смоют мыло и вода. Дорогие мои дети! Очень, очень вас прошу: Мойтесь чаще, мойтесь чаще — Я грязнуль не выношу. Не подам руки грязнулям. Не поеду в гости к ним! Сам я моюсь очень часто До свиданья! Мойдодыр.

— Ребята, о чем же нас просит Мойдодыр? Выслушать ответы детей, а в случае затруднения помочь детям наводящими вопросами. Педагог привлекает внимание детей к ширме «Уроки Мойдодыра», показывает на ней мини плакат «Дружи с водой». — Посмотрите, ребята, что вы видите на картинке? (воспитатель уточняет ответы детей) Далее воспитатель помогает детям рассматривать иллюстрации, подробно их объясняя, и делая вывод о том, почему же так важно дружить с водой.

3. Рассматривание картинки о здоровом образе жизни «Слагаемые здоровья».

Чтение художественной литературы: Сергей Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»

— Ребята, мы сегодня с вами много говорили о здоровье, о том, как важно хорошо питаться, есть витамины. А сейчас я хочу прочитать вам стихотворение «Про девочку, которая плохо кушала». Воспитатель показывает детям иллюстрацию и читает стихотворение.

«Про девочку, которая плохо кушала»

Юля плохо кушает, Никого не слушает. — Съешь яичко, Юлечка! — Не хочу, мамулечка! — Съешь с колбаской бутерброд! — Прикрывает Юля рот. — Супик? — Нет... — Котлетку? — Нет... — Стынет Юлечкин обед. — Что с тобою, Юлечка? — Ничего, мамулечка! — Сделай, девочка, глоточек, Проглоти еще кусочек! Пожалей нас, Юлечка! — Не могу, мамулечка! Мама с бабушкой в слезах — Тают Юля на глазах! Появился детский врач — Глеб Сергеевич Пугач. Смотрит строго и сердито: — Нет у Юли аппетита? Только вижу, что она, Безусловно, не больна! А тебе скажу, девица: Все едят - и зверь и птица, От зайчат и до котят Все на свете есть хотят. С хрустом Конь жует овес. Кость грызет дворовый Пес. Воробьи зерно клюют, Там, где только достают, Утром завтракает Слон — Обожают фрукты он. Бурый Мишка лижет мед. В норке ужинает Крот. Обезьянка ест банан. Ищет желуди Кабан. Ловит мошку ловкий Стриж. Сыр швейцарский Любит Мышь... Попрощался с Юлей врач — Глеб Сергеевич Пугач. И сказала громко Юля: — Накорми меня, мамуля! —

Ребята, как звали девочку в стихотворении? Хорошо вела себя Юля? Что она плохо делала? Кто строго с ней разговаривал? Про кого ей рассказывали? (педагог-психолог слушает ответы детей, корректирует и дополняет их, обобщает, делает вывод) — А знаете, ребята, чтобы быть здоровыми, надо не только хорошо кушать, но и гулять, потому что во время прогулки мы закаляемся, особенно полезно закаляться летом. Сейчас я вам прочитаю про ребят, которые отправились на прогулку. Педагог читает стихотворение.

«Прогулка»

Мы приехали на речку Воскресенье провести, А свободного местечка Возле речки не найти! Тут сидят и там сидят: Загорают и едят, Отдыхают, как хотят, Сотни взрослых и ребят! Мы по бережку прошли И поляночку нашли. Но на солнечной полянке Тут и там - пустые банки И, как будто нам назло, Даже битое стекло! Мы по бережку прошли, Место новое нашли. Но и здесь до нас сидели; Тоже пили, тоже ели, Жгли костер, бумагу жгли - Насорили и ушли! Мы прошли, конечно, мимо... — Эй, ребята! — крикнул Дима. — Вот местечко хоть куда! Родниковая вода! Чудный вид! Прекрасный пляж! Распаковывай багаж! Мы купались, Загорали, Жгли костер, В футбол играли — Веселились, как могли! Пили квас, Консервы ели, Хоровые песни пели... Отдохнули — и ушли! И остались на полянке У потухшего костра: Две разбитых нами склянки, Две размокшие баранки - Словом, мусора гора! Мы приехали на речку Понедельник провести, Только чистого местечка Возле речки не найти! — Куда же поехали гулять ребята? Что увидели они на речке? Как вы думаете, хорошо ли так делать? Как отдыхали ребята? Чем они занимались? А хорошо ли они поступили, когда уехали с речки? Воспитатель слушает ответы детей, корректирует и дополняет их, обобщает, делает вывод: — Запомните, пожалуйста, малыши, что когда вы отдыхаете с родителями

на речке, то соблюдайте чистоту и порядок. Берегите нашу природу! Не загрязняйте ее! От чистоты природы зависит наше здоровье.

2. Викторина по правилам дорожного движения «Красный, жёлтый и зелёный»

Цель: Закрепить знания детей по правилам дорожного движения.

Задачи:

Вызвать у детей интерес к изучению правил дорожного движения.

Объяснить необходимость знаний правил дорожного движения.

Оборудование: Плакаты о правилах дорожного движения, значки для каждого ребенка (красного, желтого, зеленого цветов), цветные мелки, круги красного, желтого и зеленого цвета для игры «Светофор».

Форма проведения: Воспитатель делит всех детей на три команды поровну (красные, желтые, зеленые), каждый ребенок получает значок соответствующего цвета. Команды занимают свои места, выбирают капитанов. Детям представляют членов жюри (ученики старших классов, или учителя). Каждый конкурс оценивается по пятибалльной системе.

Ход занятия

Вступительная беседа о правилах дорожного движения.

Воспитатель: Ребята сегодня мы с вами повторим правила поведения на дороге. Рядом с вашим домом, со школой находятся большие дороги – шоссе, по ним мчится множество машин на большой скорости. Рядом с шоссе расположена дорога для пешеходов – тротуар. Чтобы спокойнее переходить улицу, надо знать правила дорожного движения.

Мы начинаем викторину «Светофор».

Движеньем полон город!

Бегут машины в ряд,

Цветные светофоры

И день, и ночь горят.

Шагая осторожно,

За улицей следи.

И только там, где можно,

Ее переходи!

I конкурс: «Ответь на вопрос»

Воспитатель: Все люди, как только выходят на улицу, становятся пешеходами. Настоящий пешеход ведет себя на улице уверенно, и шоферы относятся к нему с уважением.

Вопрос для команды красных:

1. Какие виды переходов проезжей части вы знаете?

Вопрос для команды желтых:

2. Какие бывают светофоры?

Вопрос для команды зеленых:

3. Как перейти дорогу, если нет светофора?

Подведение итогов первого конкурса.

II конкурс: «Загадки»

(Каждой команде загадывают по три загадки)

Воспитатель:

Правил дорожных на свете немало.

Все бы их выучить нам не мешало.

Но основные из правил движенья

Знать как таблицу должны умноженья.

Четыре брата бегут, друг друга не догонят. (Колеса)

Человек, который управляет транспортным средством? (водитель)

Шагаешь – впереди лежит, оглянешься – за тобой бежит. (Дорога)

Справа и слева дома от нее, у каждой ... имя свое? (улица)

У него три ярких глаза, но моргают не все сразу. (Светофор)

Чудо-конь неутомимый по дороге мчится мимо.

Куда угодно попроси, доедешь быстро на ... (такси).

Что за чудо этот дом! Окна светлые кругом,

Есть четыре колеса, есть мотор и тормоза.

Дом на месте не стоит, по маршруту колесит. (Автобус)

Мы на окраине живем, туда пешком мы не дойдем.

Но наш приятель тут как тут –

Всех нас домчит за пять минут!

Эй! Садись и не зевай,

А то отправится ... (трамвай).

Удивительный вагон! Посудите сами:

Рельсы в воздухе, а он держит их усами. (троллейбус)

Подведение итогов второго конкурса.

Игра «Светофор»

Воспитатель: Должен помнить пешеход!

Есть сигналы светофора –

Подчиняйся им без спора!

Красный свет нам говорит:

Стой! Опасно! Путь закрыт!

Желтый свет – предупрежденье:

– Жди сигнала для движенья.

Зеленый свет открыл дорогу:

Переходить ребята могут!

На красный свет нужно стоять на месте, на желтый – хлопать в ладоши, а на

зеленый – шагать на месте. (Показывает разные сигналы светофора с помощью кругов из картона красного, желтого и зеленого цвета).

III конкурс: Нарисуй светофор.

Воспитатель:

Чтобы нам с тобой помочь

Этот путь пройти опасный,

Зажигает день и ночь

Он зеленый, желтый, красный.

Выбирается один участник от каждой команды.

Кто лучше и быстрее нарисует светофор на доске цветными мелками.

Подведение итогов третьего конкурса.

IV конкурс: «Почему нельзя?»

(Каждой команде задают по 2 вопроса).

Воспитатель:

Там, где шумный перекресток,

Где машин не сосчитать,

Перейти не так уж просто,

Если правила не знать.

Почему нельзя толкаться у дверей?

Почему нельзя занимать в автобусе передние места?

Почему нельзя в автобусе шуметь, шалить, бегать, громко разговаривать?

Почему нельзя есть мороженое в салоне автобуса?

Почему нельзя разговаривать с водителем во время движения?

Почему нельзя заслонять стекло кабины водителя?

Подведение итогов четвертого конкурса.

Игра: «Потопаем-Похлопаем».

Воспитатель: А теперь послушайте стихи. Там, где нужно, вы должны отвечать:

«Это я, это я, это все мои друзья». Только будьте внимательны!

Кто из вас идет вперед

Только там где переход?

(Это я, это я, это все мои друзья.)

Кто бежит вперед так скоро,

Что не видит светофора?

(Молчат)

Кто из вас, идя, домой,

Держит путь по мостовой?

(Молчат)

Знает кто, что красный свет

Это значит, хода нет?

(Это я, это я, это все мои друзья)

V конкурс: «Решить кроссворд».

Командам дают кроссворд, который они должны решить.

По горизонтали:

1. Лицо, кроме водителя, находящееся в транспортном средстве?
2. «Сердце» автомобиля?

По вертикали:

3. Трехглазый прибор для регулирования движения?
4. Дорожный?
5. Специальная полоса для движения автомобилей?
6. В автомобиле их 4, и одно запасное?

Подведение итогов пятого конкурса.

Подведение итогов викторины.

Награждение победителей и участников.

Воспитатель: Вот и закончилась наша викторина. Всем большое спасибо.

А на улице машины,
Шелестят их грозно шины.
Я их больше не боюсь,
Я ведь знаю наизусть;
Чтоб решить с машиной спор,
Посмотри на светофор.
Нужно слушаться без спора
Указаний светофора.
Нужно правила движения
Выполнять без возраженья.
Правила движенья
Все без исключения
Знать должны детишки,
Девчонки и мальчишки.

3. Экскурсия во дворец спорта.

Цель: формирование интереса к движениям и здоровому образу жизни, спорту и достижениям спортсменов родного края.

Задачи:

- формировать разумное отношение к своему здоровью,
- активизация познавательных интересов,
- способствовать формированию представлений детей о событиях спортивной общественной жизни.

День тринадцатый

1. Минутка здоровья. Беседа с медицинским работником.

Упражнения

1. Сжимание и разжимание пальцев (по 10-20 раз). Возможны различные варианты выполнения задания: руки держать ладонями вверх, вниз? сжимать одновременно обе руки, правую и левую поочередно.
2. Вращать кистью правой руки в разные стороны (вправо и влево), повторить то же левой рукой, вращать одновременно обе кисти вовнутрь и наружу.
3. Выгибание и прогибание кистей рук. Упражнение выполняется одновременно обеими кистями или поочередно правой и левой рукой.
4. "Ножницы". Развести пальцы правой руки в стороны, свести вместе, проделать то же левой рукой, затем двумя руками одновременно (10 раз).
5. "Замок". Соединить ладони вместе, пальцы переплетены.
6. Солнечные лучики. Руки в "замке" подняты вверх, ладони крепко прижаты друг к другу. С силой сжимать и разжимать пальцы (5-10 раз).
7. "Фонарики". Вращение кистями рук (10-20 раз).
8. "Игра на фортепиано".
9. "Футболисты". Забивать шарики одним, двумя или несколькими пальцами.
10. "Бегуны". Указательным и средним пальцами правой руки "бегать" по столу вперед и назад". Прodelать то же левой рукой, двумя руками одновременно.
11. Поочередное прикосновение большим пальцем ко второму, третьему, четвертому и пятому пальцам правой руки в обычном и максимальном темпе.
12. Выполнение аналогичного задания пальцами левой руки.
13. Выполнение двух предыдущих заданий одновременно двумя руками в обычном и максимальном темпе.
14. Пальцами правой (левой) руки "здороваются" по очереди с пальцами левой (правой) руки (похлопывание подушечками пальцев, начиная с большого).
15. "Пальчики здороваются". Поочередно, начиная с большого пальца, движения-касания всех пальцев обеих рук.
16. Поочередное сгибание пальцев правой (левой) руки, начиная с мизинца.
17. Одновременно согнуть пальцы правой (левой) руки, начиная с большого пальца.
18. Одновременно согнуть пальцы правой (левой) руки в кулак, поочередное их выпрямление, начиная с большого пальца.
19. Согнуть пальцы правой (левой) руки в кулак, поочередное их выпрямление, начиная с мизинца.
20. Положить кисть правой (левой) руки перед собой (в положении игры на рояле), выполнить последовательно движения первым и вторым, первым и пятым пальцами и т. д.
21. Непрерывное ведение линии по нарисованному лабиринту карандашом, взятым в правую (левую) руку, не поворачивая бумагу, на которой нарисован лабиринт.
22. Скатать пальцами правой (левой) руки лист папиросной бумаги в компактный шарик, не помогая при этом другой рукой.

23. Нанизать бусы на нить и завязать ее концы бантиком.
24. Укладывание спичек в коробку одновременно обеими руками (большим и указательными пальцами обеих рук одновременно брать лежащие на столе спички и одновременно складывать их в спичечную коробку).
25. Взять в правую и левую руки по карандашу и одновременно постукивать ими по бумаге, не ставя последующие точки на предыдущее место постукивания (порядок расстановки точек произвольный).
26. Одновременное изменение положений кистей рук (одна сжата в кулак, другая с распрямленными пальцами).
27. Одновременное выбрасывание вперед кистей рук, пальцы одной из которых сжаты в кулак, другой - соединены кольцом.
28. Пальцы горизонтально вытянутых рук описывают в воздухе круги правильной формы, любого размера, но одинаковые для обеих рук. Правой рукой круги описывать по направлению часовой стрелки, левой - в обратном направлении.
29. Отбивать (в удобном темпе) по одному такту правой (левой) рукой, одновременно с тактом, отбиваемым правой (левой) рукой, ударять по столу указательным пальцем левой (правой) руки.
30. Отбивать (в удобном темпе) по одному такту правой (левой) рукой, одновременно с этим горизонтально вытянутым пальцем правой (левой) руки описывать в воздухе небольшой круг.

2. Конкурс «По дорогам сказки»

- ✓ Цели и задачи конкурса:
- ✓ способствовать повышению интереса учащихся к поэзии и выразительному чтению художественных произведений;
- ✓ дать возможность учащимся публично выступить с чтением наизусть стихотворений, литературных композиций;
- ✓ выявить наиболее талантливых и артистичных чтецов среди учащихся

1 Ведущий: Добрый день, ребята!

Сегодня мы с вами совершим
Путешествие по дорогам сказок.

2 Ведущий: Вы вспомните свои любимые сказки,

Примете участие в интересных играх.

1 Ведущий: Начинаем, начинаем!

Приглашаем, приглашаем!

2 Ведущий: А начать всего чудесней

С доброй и веселой песни!

Песня «Приходи, сказка».

1 Ведущий: Одну простую сказку,

А может не простую,

Хотим вам рассказать.

Ее мы помним с детства,
А может, и не помним,
Но будем вспоминать.

Сказка «Под грибом».

2 Ведущий: Приготовьте ушки, глазки,
Продолжаем наши сказки.

И сейчас свою первую сказку
нам покажут самые младшие
участники конкурса.

Сказка «Курочка Ряба».

1 Ведущий: Чтобы посмотреть следующую сказку,
вы, ребята, должны отгадать загадку:

«Кто-то, за кого-то, ухватился цепко,
Ох, никак не вытянуть ох, засела крепко.
Но еще помощники, скоро прибегут,
Победит упрямый, дружный, общий труд.

Сказка «Репка».

2 Ведущий:

Героев сказок много, их всех не перечесать.

Ребята, отгадайте, о ком пойдет здесь речь.

Возле леса, на опушке, трое их живет в избушке.

Там три стула и три кружки,

Три кровати, три подушки,

Угадайте без подсказки,

Кто герои этой сказки? (Три медведя) .

Лечит маленьких детей, Лечит птичек и зверей.

Сквозь очки свои глядит, Добрый доктор... (Айболит) .

Рыбка не простая, чешуей сверкает,

Плавает, ныряет, желанья исполняет. (Золотая рыбка)

Убежали от грязнули,

Чашки, ложки и кастрюли.

Ищет их она, зовет

И в дороге слезы льет.

Девочка из снега, тут же ожила,

Ножкой шевельнула, ручкой повела.

Не любила солнца, все тепла ждала,

И зачем с подружками по ягоды пошла. (Снегурочка) .

1 Ведущий: Молодцы ребята! А теперь предлагаем вашему вниманию сказку:
«Пузырь, соломинка и лапоть».

2 Ведущий: Ребята, у меня есть волшебный сундучок. Интересно, что в нем?
Сказка спряталась в загадку, ну, попробуй отгадать!

Если верно отгадаете, сказка к нам придет опять.

Игра «Волшебный сундучок».

(открываю сундучок, из него слышны музыкальные отрывки – голоса сказочных персонажей.)

Сказка «Теремок».

1 Ведущий: Ребята, продолжим наше сказочное путешествие?

Давайте позовем сказку!

Дружно мы в ладоши хлопнем,

Каблучками вместе топнем,

1, 2, 3 – сказка, оживи!

Сказка «колосок».

2 Ведущий: Сказка-ложь, да в ней намек.

Добрым молодцам урок.

И сейчас мы предлагаем вашему вниманию, одну поучительную историю.

«У страха глаза велики».

1 Ведущий: Чтобы сказки не обидеть,

Надо их почаще видеть,

Их читать и рисовать,

Их любить и в них играть.

И мы предлагаем вам поиграть.

Музыкальная игра «Зверобика».

2 Ведущий: Где играют дружно,

Танцуют умело,

Там и сказке можно

Появиться смело.

Сказка «Какая бывает зима».

1 Ведущий: А сейчас мы должны выполнить очень трудное задание – мы должны победить нечистую силу! А для этого, ее нужно отгадать.

1) Пожилая колдунья, которая передвигается по воздуху в необычном летательном аппарате (Баба Яга) .

2) Сказочный лесной обитатель, помощник той самой неприятной старухи (Леший)

.

3) Носатая особа женского пола, к имени которой везде добавляется «болотная» (Кикимора) .

4) Рогатое, длиннохвостое существо, которое только и думает о том, как навредить людям (Черт) .

5) Тощий старик, который прятал секрет своей жизни в сундуке (Кощей) .

6) Огромный зверь с несколькими головами (Змей Горыныч) .

Сказка «Заяц – симулянт».

Песня «Сказки гуляют по свету».

2 Ведущий: Ребята, вы наверняка знаете, что в сказках добро всегда побеждает зло. Вот и в этой сказке злодейка получила по заслугам.

Сказка «Кот, петух и лиса».

1 Ведущий: Ну, вот ребята, пришла пора прощаться со сказками.

2 Ведущий: Сказки вы не забываете, с интересом их читайте,

Они вас в гости ждут друзья,

Будут рады вам всегда.
Спасибо всем за участие в конкурсе.

3. Дискотека

Цели и задачи:

- познакомить ребят с миром кино;
- создать детям условия для самовыражения и самореализации в творческой деятельности.
- развить у ребят художественно-эстетические, театральные способности и воображение;
- воспитать в детях культуру взаимоотношений, уважения к сверстникам;

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята! Приветствуем вас сегодня в нашем зале на игровой дискотеке «Двигайся больше!».

Сегодня мы будем с вами отдыхать, веселиться, играть и самое главное танцевать! Так давай те же начинать! Вы готовы зажигать?

Ответ — «Да!» Ну, тогда поехали!

«Танцевальная разминка». Ведущие под музыку показывают движения, дети повторяют.

Танцевальная пауза.

Ведущий: Молодцы! Вот так вы должны танцевать на протяжении всей нашей программы. Тот, кто будет сегодня самым активным, получит хороший приз! Так что стоит побороться!

Под музыку, пританцовывая входит Пеппи

Пеппи: Привет, девчонки и мальчишки! Те, у кого на носу 100 веснушек и те, у кого нет ни одной веснушечки. Здравствуйте те, кто с бантиками и косичками, торчащими в разные стороны. Здравствуйте те, у кого прямые челочки и кудреватые чубчики! Здравствуйте все! Разрешите представиться:

Пеппилотта-Виктуолина - Родгальдина- Длинный чулок! А можно просто Пеппи! Ой, я прямо умираю от любопытства! Подумать только, меня пригласили на эту... ну как ее?

Ведущий: На дискотеку!

Пеппи: Что это значит?

Ведущий: Ну, это когда все вместе танцуют, но отношения друг к другу совсем не имеют! Да здравствуют, танцы!

(подает программу Пеппи) : Огласи программу!

Пеппи читает: Первое - танцы!

Второе - веселые танцы!

Третье – быстрые танцы!

Четвертое - медленные танцы!

Пятое - танцы до упаду!

Шестое-кувыркание и хождение на голове!

Ведущий: Ну, Пеппи, там же про кувыркание ничего не сказано!

Пеппи: Я просто хочу сказать:

Дискотека, дискотека!

Вот потеха, так потеха,
Горы шуток, много смеха!
Вот что значит дискотека!

Предлагаю игровую дискотеку!
Танцевальная игра «Меняемся».

Все по парам кружатся под ручку, как только я произнесу слово «Меняемся», каждый сразу начинает искать себе другого партнера и так же под руку под музыку продолжают кружиться и т. д.

Танцевальная пауза.

Пеппи: Спасибо! Все вы были бесподобны в этом танце. Особенно нас покорила... (называет). Вот вам наш приз! Но, это еще не все. Сейчас именно вы будете «головой» поезда – «паровозом» в подвижной игре «Поезд». В этой игре все мы становимся друг за другом вереницей, держась за пояс или за плечи стоящего впереди. Голова поезда – «паровоз» – быстро бежит, часто и неожиданно меняет направление. Мы с вами должны следить за ним и при этом не оторваться от поезда.

Ведущий: Мы будем называть ту часть тела, за которую во время движения вы должны ухватиться (живот, плечи, уши, голова, пояс и т. д.) . Готовы? Ответ – «Да!»
» Тогда поехали!

Музыкальная игра «Паровозик»

Танцевальная пауза.

Ведущий: Наша игровая дискотека продолжается, и я предлагаю вам очень веселый конкурс «Мама, я все!»

Для этого необходимо разделится на две команды.

Первый человек, стоящий в команде, одевает чепчик на голову бежит к горшку, садится на него и кричит «Мама, я все!», далее бежит к следующему участнику передает ему чепчик и тот делает все тоже самое и т. д.

Ведущий 2: Чья команда придет быстрее, та и победила. На старт! Вниманий!
Марш!

Конкурс – «Мама, я все!» (Реквизиты: чепчики 2 шт., горшки 2шт.)

Танцевальная пауза.

Ведущий: Для следующего конкурса необходимо 8 человек.

Все участники этого конкурса встают в круг, надевают шляпы на голову.

Слушайте меня внимательно и выполняйте мои задания:

- 1 положить правую руку на голову соседа;
- 2 снять шляпу правой рукой с соседа и одеть к себе на голову;
- 3 снять шляпу с головы и выкрикнуть «Хоп!»;
- 4 положить обе руки на плечи к соседу и замкнуть круг;
- 5 снять шляпу, поклониться и сказать «Мерси»

Готовы? Ответ – «Да» Ну тогда поехали!

Конкурс «Шляпы» (Реквизит: шляпы 8шт., призы 8 шт.)

Танцевальная пауза

Ведущий: Все молодцы! На этой веселой ноте наша дискотека закончилась!

«Мисс и Мистер 2016»

Цель: Развитие личности ребенка, его склонностей и интересов, стимулирование творчества педагогов, совершенствование мастерства педагогов, обмен опытом, реализация принципов развивающей педагогики.

Формирование и активизация познавательного интереса ребенка;

Развитие творческих способностей и коммуникативных навыков;

Создание праздничного настроения у детей.

Условия конкурсов и порядок проведения:

Предварительная работа

Подготовка каждого ребенка в индивидуальном сценическом образе.

Подготовка визитных карточек на каждого ребенка.

Всем участникам иметь сценический образ.

Визитная карточка детей – регламент 3 минуты.

Конкурсы:

I этап. Визитная карточка.

II этап. Ловкие руки – рисование.

III этап. Умники и умницы.

IV этап. Музыкальное задание.

Конкурс оценивается по 3 бальной системе. Жюри конкурса избирается на месте.

Награждение команд. Победители и участники награждаются грамотами и призами.

Ход

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Мы рады приветствовать вас в этом зале. Вот и пришла весна. И сегодня, в первые дни весны мы проводим конкурс «Мисс и Мистер 2016»

Конкурс состоит из 4 туров:

«Визитная карточка»

«Ловкие руки»

«Умники и умницы»

«Музыкальное задание»

Оценивать наших конкурсантов будет многоуважаемое жюри по 3 – бальной системе.

Ведущий: Теперь мы начинаем наш конкурс. Вам, уважаемые судьи, и вам, дорогие зрители, представляю участников конкурса.

Итак, встречаем наших конкурсантов! Ведущая называет имя и фамилию ребенка.

Ребенок выходит под музыку и садится на заранее приготовленный стульчик.

Первый тур нашего конкурса – «Визитная карточка». Участники должны пройти по нашему подиуму, затем остановиться в центре зала и представить себя.

Проводится 1-й тур. Жюри оценивает участников.

Ведущий: Итоги первого тура подведены. Спасибо участникам и членам жюри.

А мы переходим ко второму туру – «Ловкие руки».

Ребята, слушайте меня внимательно и постарайтесь ответить первым.

Кто угадает, жюри оценит. 1 балл ответившему.

Бабушка девочку очень любила,

Шапочку красную ей подарила.

Девочка имя забыла свое,

А ну, подскажите, как звали ее?

Музыка «Песня Красной шапочки»

Красная Шапочка: В моей сказке я ношу своей бабушке гостинец – пирожки. Но мы с мамой решили: чтобы волк не ел бабушку и меня, нужно испечь пирожки и ему. Ребята, кто у вас самый ловкий испечь пирожки.

1 задание: За две минуты, кто быстрее сделает пирожки.

2 задание: У моей бабушки сегодня день рождения, очень хочется подарить ей цветочки – из мозаики.

Жюри оценивает участников.

Первым, кто справился – 3 балла

Вторым – 2 балла

Третьим – 1 – балл

Остальные – 0

Ведущий: Мы переходим к следующему туру.

Третий тур – «Умники и умницы».

Много сказок есть на свете,

Сказки эти любят дети,

А вот как они их знают,

Я сама сейчас узнаю.

Кто угадает, ответ оценивается. 1 балл ответившему.

1 задание:

В сказочке герой живет:

Он не ежик и не кот,

Он от бабушки с окошка

Прыгнул прямо на дорожку,

Покатился, побежал,

На язык лисе попал!

Кто это?

Дети: Колобок

Ведущий: Правильно.

Вижу, сказочку читали,

И героя все узнали.

А теперь сам Колобок

В гости к нам приехать смог.

Колобок: Вот и я! Я очень рад

Заглянуть к вам детский сад.

В сказке я своей пою!

Вспомним песенку мою?

2 задание:

Колобок: Отгадайте – ка вы мои задачки.

Шел по лесу повстречался со зверьем: заяка беленький ушастый, волк голодный и сердитый, мишка бурый, косолапый и лисичка рыжая плутовка. Сколько их всего, посчитайте. (4)

Живет в сказке Змей Горыныч. Сколько голов у Змея Горыныча? (3)

Собрался Змей Горыныч полетать. Нашел одну шапку. Сколько шапок потерялось? (2)

На кормушке 3 синички

К ним летят еще 2 птички

Вместе весело клевать

Сколько стало птичек? (5)

Плывут по речке Нилу

4 крокодила

Вот 3 на берег вышли.

Плыть дальше, сколько продолжали? (1)

Задание: «Пятый лишний»

Предметы, изображенные на картинках, относятся к одному общему понятию, а один предмет лишний. Надо найти и зачеркнуть изображение лишнего предмета в каждом ряду.

Задание: Угадайте – ка ребята, из какой сказки мышка.

Позвала кошка мышку и стали они вместе тянуть... (Репка).

Вот по полю - полю мышка бежит, у дверей остановилась и стучит... (Теремок).

Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко покатилося и разбилось... (Курочка Ряба).

А вот и Ряба к нам пришла и задание принесла.

Курочка Ряба: Разбилось у меня яичко и с испугу все забыла. Помогите мне ребята вспомнить слова с противоположным значением.

Мама – папа

Мальчик – девочка

Темно – светло

Горячий – холодный

Первый – последний

Высокий – низкий

Хороший – плохой

Пол – потолок

Солнце – луна

День – ночь

Вот какие молодцы, справились с заданием, а за это подарю вам танец с цыплятами.

Танец с цыплятами.

Четвертый тур: «Музыкальное задание»

Конкурс наш мы продолжаем

Сейчас мы песню угадаем.

1 задание «Угадай мелодию»

«В лесу родилась елочка»

Музыка из мультфильма «Кот Леопольд»

Музыка из мультфильма «Маша и медведь»

Песенка мамонтенка

Музыка из мультфильма «Ну, погоди!»

Спокойной ночи малыши!

Молодцы ребята, угадали все мелодии, а сейчас нам предстоит станцевать под музыку.

2 задание «Ритмические движения» под заданную мелодию

Песня «Зайчик Шнуфель»

Арам зам зам

Барбарики

Джентельмен

Все задания выполнены, все туры пройдены. Каждый из вас старался и все достойны победы. И пока жюри подсчитывает очки, мы с вами немножко поиграем.

«Буги - Вуги»

Ведущий: Слово жюри. Слово предоставляется председателю нашего компетентного и строгого жюри.

Награждение победителей по номинациям по решению жюри.

(звучат фанфары)

Славный праздник был, ребята

Жаль прощаться нам пора

Говорим мы до свиданья

И до встречи, детвора!

День четырнадцатый

1. Минутка здоровья «Гигиена в доме»

Большую часть своей жизни человек проводит у себя в доме или квартире. Встречи с друзьями и родственниками, по большей вероятности, проходят дома. Некоторые, даже, работают на дому. И поэтому, необходимо соблюдать определенную гигиену жилища, чтобы обеспечить здоровье и благополучие в семье. В доме всегда должно быть тепло, светло, уютно и чисто. Особенно тщательно нужно следить за чистотой, если у вас есть маленький ребенок.

Гигиена жилища должна обеспечивать **достаточное количество солнечного света**. Чтобы обеспечить полное проникновение солнечных лучей, не нужно на подоконники ставить слишком много комнатных растений или других предметов, которые будут препятствовать солнечному свету. Зашторивать окна следует только вечером, днем это ни к чему. Почаще протирайте окна от пыли, так как загрязненные стекла не пропускают половины солнечного света.

Проветривание – неотъемлемая часть в гигиене вашего дома. Если не обеспечивать доступ свежего воздуха в помещение, происходит большой расход кислорода, из-за чего появляются головные боли и усталость. Поэтому, проветривать жилище следует несколько раз за день, не зависимо от того, какая на улице погода. В идеале, открывать окна или форточки нужно три-четыре раза в день минут на пятнадцать. В летнее время, во время сильной жары, проветривать помещение следует утром до восхода солнца и вечером после его захода, чтобы наполнить жилище прохладным воздухом. На ночь можно оставлять форточку открытой, для лучшего сна.

Температура в доме не должна быть выше двадцати двух градусов по Цельсию, так как наиболее комфортной температурой для организма человека считается 18-22 градуса, что не позволяет перегреться или переохладиться.

Полы требуют особого внимания, так как это самая загрязняемая часть в жилище. Поэтому, ежедневно, проводите влажную уборку. Мыть полы рекомендуется повсюду, даже под диванами, креслами, шкафами и кроватями, так как там наиболее часто скапливается пыль. Если у вас есть ковры, будь то настенные или напольные, то их следует каждый день пылесосить. Протирать пыль с остальных поверхностей, таких как шкафы или тумбочки, тоже желательно ежедневно и влажной тряпкой.

Несомненно, по приходу домой, не забывайте переобуваться и переодеваться в чистую домашнюю одежду, а уличную **обувь мыть или протирать** влажной тряпкой. Не храните долго грязные вещи, во избежание неприятного запаха и размножения микробов. Сейчас нет ничего легче, чем загрузить стиральную машину и, пусть она стирает.

Соблюдение чистоты и гигиены на кухне является залогом здоровья. Ведь на этой территории происходит приготовление пищи. Перед готовкой, рекомендуется протирать все рабочие поверхности и споласкивать всю необходимую посуду под струей воды. Грязную посуду мойте сразу же после использования, чтобы не развелись микробы. Раз в месяц, все кухонные принадлежности желательно кипятить. Раковину очищайте каждый раз, как пользовались ею, так как на кухне

это самое загрязняемое место, в котором моют посуду, фрукты, овощи, мясо, рыбу и другие продукты.

Гигиена туалета и ванной комнаты должна проходить тоже ежедневно. Унитаз – настоящий источник размножения микробов и бактерий. Хорошо подойдут специальные средства для их уничтожения при ежедневной уборке. Ванную комнату мойте после каждого приема душа или ванны и, по чаще, проветривайте её, чтобы воздух был не прелым.

Не зависимо от того, где вы живете, в квартире, доме или на даче, в деревне или в городе, соблюдение гигиены и чистоты в вашем доме должно быть вашим главным правилом. Ведь нет ничего лучше, чем придя с работы, ощущать тепло и уют родного очага.

2.Экскурсия на природу «Ах картошечка»

Праздник проводится на свежем воздухе –приготовлены дрова для костра, столы и стулья для участников.

Ведущий: Картофель уже давно стал интернациональным и очень распространенным продуктом. Каких только рецептов его приготовления не придумали люди! В том числе и печеную картошку. А вот использовать обычную картошку для чего-либо другого пытались немногие. Расширить представление о возможностях этого интересного корнеплода нам поможет сегодняшний праздник печеной картошки. Мы обязательно будем печь картошку, но сначала пройдем небольшой путь к ней через несколько этапов. Для начала давайте разведём костёр
РАЗВЕДЕНИЕ КОСТРА (складываем дрова, разжигаем огонь)

Пока дрова прогорают проводятся конкурсы:

1 этап: «Сбор урожая» - Сначала картошку надо собрать. Каждому игроку выдается пакет, необходимо собрать как можно больше картофелин. Побеждает тот, у кого урожай больше.

2 этап: «Подсчет урожая» - Надо определить количество картофелин в пакете. Побеждает тот, кто назвал цифру, наиболее близкую к действительному количеству.

3 этап: «Подготовка к хранению урожая» - надо завернуть картошку в бумагу, стараясь сделать это красиво и оригинально.

4 этап: «Учет урожая» - Надо определить количество картофелин, сев на них.
НАЧИНАЕМ ПЕЧЬ КАРТОШКУ (картошку закапываем в золу)

Пока картошка печётся, проводятся конкурсы:

5 этап: «Обработка урожая» - надо почистить картошку. Для этого нам пригодятся специальные ножи. Приглашаю 5 участников, которым выдаю по 1 картофелине. За 1 минуту вы должны аккуратно и экономно почистить картошку. Побеждает тот, кто справился с заданием быстрее и качественнее.

6 этап: «Нарезка» - пока картошка печется, проведем конкурс, который потребует от вас внимания и кулинарных навыков. Нужно нарезать или натереть картошку на терке. Приглашаю 3 участника.

7 этап: «Картофельное меню» - придумать меню праздника печеной картошки – все блюда из картошки - первое, второе, напиток и десерт.

8 этап: «Конкурс частушек» - придумать частушку о картошке.

9 этап: «Нарисуй картошку» - зажав фломастер в зубах нарисовать картошку на листочке бумаги.

10 этап: «Поздравление» - написать поздравление имениннице – картошке.

11 этап: «Ода картошке» - пять раз с разной интонацией сказать

«О, любимая картошка, посолю тебя немножко,

Облизнувшись, укушу, пожую и проглочу»

Запас: «Песни о картошке или еде» - аукцион, «Изобрази печеную картошку» (пантомима)

ДОСТАЁМ ПЕЧЕНУЮ КАРТОШКУ ИЗ КОСТРА И ПОЧИСТИТЬ

За столом проводится игра:

12 этап: «Приятного аппетита» - без помощи рук съесть картошку, лежащую в глубокой миске на скорость.

Победители конкурсов получают в качестве приза беспроигрышный лотерейный билет, по окончании праздника проходит розыгрыш:

Вам предстоит друзья и впредь

Работой творческой гореть,

Но крылья вы не обожгите,

Свое здоровье берегите. (зажигалка)

Вы в сливки общества войдёте

Возможно, спонсора найдёте,

Со сливочной шоколадкой

Жизнь ваша будет очень сладкой. (шоколад)

Прическа ваша, внешний вид,

Нас всех приятно удивит

С тех пор вы будете и впредь

Всё хорошесть и молодеть. (шампунь)

А вас - хозяйственных забот,

Домашних дел немало ждёт

Зато в семье и в жизни личной

У вас всё сложится отлично. (губка для посуды)

Ваш приз довольно редкий – волшебные салфетки.

Чтобы всегда опрятным быть – зубную щетку спешите получить.

Знаем мы – вы любите письма писать, и в приз вам досталась вот эта тетрадь.

Чтоб сохранить красивую причёску мы подарим вам расчёску.

Чтоб было легко шурупы крутить, мы вам решили отвертку подарить.

Вы, конечно, молодитесь, так чаще в зеркало смотрите.

Вы баловень судьбы, а значит,

Вас ждут успехи и удачи.

Свои удачи отмечая

Побольше запасите чая.

12. Здоровье ваше крепче станет,
Вторая молодость настанет.
Вам суждено до сотни лет
Дожить без всяких бурь и бед. (витамин)

13. Чтоб щетину выбрить в срок
Получи от нас станок.

14. Если любишь ты поесть
И за стол с гостями сесть
Приглашай скорей на чай
Вот и скатерть – получай!

15. У вас друзей, знакомых море,
И все нагрянут в гости вскорее.
Готовьте чай и угощенье.
Вот для начала вам печенье!

16. Все обратят на вас внимание
Везде найдёте понимание.
И ваше свежее дыхание
Вам обеспечит процветание. (рондо)

17. Круглый, вкусный, гладкий
Вам чупа-чупс достался сладкий.

18. Вас ждёт немало приключений
И много острых ощущений,
Но всё закончится прекрасно,
Ведь не случайно перец красный.

19. А вы удачливее стали -
Бывший дефицит достали.
Представьте, 40 лет тому назад
Как был бы каждый этому подарку рад. (кофе)

1 этап - пакеты для сбора картошки (ведра)

2 этап - бумага для заворачивания картошки (газета), скотч, ножницы, тесемки, клей, фломастеры.

3 этап – ножи для чистки картошки, картошка (по 5 шт.), тарелки

4 этап – 3 терки, очищенная картошка, тарелки

5 этап – бумага, ручки по количеству игроков

6 этап – бумага, ручки по количеству игроков

7 этап – бумага, фломастеры по количеству игроков

8 этап - бумага, ручки по количеству игроков

9 этап – глубокая миска, очищенный картофель

3.«Письма лагерю»

Дети оставляют обратную связь для учителей. Отзывы о прохождении сезона.

4.День сладкоежки!

Цель: создание благоприятного эмоционального состояния у детей посредством активизации познавательной, двигательной и художественной деятельности.

Задачи:

- расширить представление о дарах лета - ягодах и фруктах;
- упражнять в образовании прилагательных от существительных-названий ягод и фруктов;
- формировать умение отгадывать загадки;
- развивать внимание, логическое мышление, вкусовые ощущения, творческие способности, ловкость и быстроту, умение действовать по сигналу;
- воспитывать интерес к играм и забавам на свежем воздухе.

Оформление участка: участок украшен искусственными цветами, шарами, по периметру центральной площадки стоят скамейки, вдоль веранды 3 стола и пластмассовые стулья.

Участники досуга: ведущий, дети, Карлсон, Винни - Пух, муха Цокотуха.

Ход досуга:

/дети собираются на участке, рассаживаются на скамейках, звучит весёлая музыка/

Ведущий

Ребята, сегодня мы устраиваем праздник сладкоежек. Кто из вас любит сладкое?

/дети поднимают руки/

Ведущий

Сладости любят многие: и взрослые, и дети, даже герои мультфильмов и художественных произведений. Давайте вспомним их.

/дети перечисляют героев-сладкоежек, если дети затрудняются, ведущий помогает им. Можно использовать в качестве подсказок иллюстрации/

Ведущий

Ребята, а вы хотите, чтобы сказочные сладкоежки пришли к нам в гости? (да)

Ведущий

Тогда слушайте загадку и догадайтесь, кто придёт к нам первый.

Не учил стихотворенья,

Обожал одно варенье,

Мог лететь он выше крыши,

И его любил малыш.

(Карлсон)

/раздаётся гул мотора, на площадку влетает Карлсон, делает круг и останавливается/

Карлсон

Здравствуйте! Летел мимо, услышал, что вы говорите про сладкое и решил к вам заглянуть.

Ведущий

Молодец, Карлсон, что залетел к нам. Мы как раз с ребятами говорили о тебе. Будь нашим гостем.

Карлсон

Интересно, а что же вы обо мне говорили?

Ведущий

Мы вспомнили о тебе, как о великом сладкоежке.

Карлсон

Это правда. Если только захочу, съём миллион банок варенья.

Ведущий

Конечно, милый Карлсон, мы тебе верим. Правда, ребята? (да)

Карлсон

Тогда давайте шалить.

Ведущий

Шалить, Карлсон, мы не будем. У нас послушные ребята. А вот поиграть можно.

Раз у нас праздник сладкоежек, то игры у нас будут про сладости.

Конкурс «Отгадай название варенья»

Ведущий

Молодцы, ребята и Карлсон. Легко отгадали название варенья.

Карлсон

Ну, а теперь пошалим?

Ведущий

Если тебе так хочется повеселиться, то давай мы тебя научим танцевать весёлый танец.

Карлсон

С удовольствием.

«Танец утят» слова Ю. Энтина, музыка Т. Вернера

/все вместе встают в круг, танцуют/

Карлсон

Ребята, спасибо за приём. Мне очень понравилось у вас на празднике. Я отлично подкрепился разными видами варенья. Мне пора домой. До свидания.

/дети прощаются с Карлсоном/

Ведущий

Ребята, постарайтесь, отгадать, кто из героев-сладкоежек спешит к нам в гости.

Слушайте загадку.

В гости ходит он чуть свет:

Для хозяина беда!

И «пыхтелки», как поэт,

Сочиняет иногда.

И на мёд имеет нюх,

Он зовётся...

(Винни - Пух)

/звучит «Песенка Винни – пуха» музыка М.Вайнберга, слова Б.Заходера,

вперевалку на участок заходит Винни – Пух/

Винни – Пух

Здравствуйте, ребята. Карлсон мне сказал, что у вас праздник сладкоежек и вы угощаете гостей сладостями. Я очень спешил к вам. Можно у вас остаться?

Ведущий

Конечно, Винни - Пух, оставайся. Мы гостям всегда рады.

Винни – Пух

А у вас есть мёд?

Ведущий

Нет, Винни, мёда у нас нет. Но мы научим тебя помогать пчёлке, и она сама угостит тебя мёдом.

Пчёлка – щедрая хозяйка:

Полетает над лужайкой,

Похлопочет над цветком

И поделится медком.

Конкурс «Помоги пчеле собрать пыльцу»

/выбирается ребёнок, который будет играть роль пчелы, у него в руках большая корзинка с пыльцой (в качестве пыльцы используются пластмассовые жёлтые шарики). Пчела высыпает пыльцу. Можно высыпать шарики не на землю, а в специально приготовленный надувной бассейн большого размера без воды. Участники игры (5 человек, включая Винни-Пуха) берут в руки маленькие корзинки и по сигналу ведущего: «Раз – два - три! Скорее пыльцу собери!» начинают собирать шарики. Звучит весёлая музыка. У кого шариков будет больше при подведении итога (можно предложить детям - болельщикам считать собранные шарики вслух), тот и победил. В конце игры шарики пересыпают в большую корзину к пчёлке. Игру можно повторить 2 раза. Участники меняются, Винни участвует повторно/

Ведущий

Молодцы! Вот какие вы трудолюбивые. И Винни – Пух - молодец! Думаю, что пчёлка теперь угостит тебя медком.

/пчела протягивает Винни – Пуху игрушечный бочонок с мёдом, медвежонок лакомится и благодарит пчёлку/

Винни – Пух

Спасибо, ребята. Спасибо, пчёлка. Мне очень понравилось помогать, и очень понравился мёд. Давайте я вас научу играть в мою любимую игру.

/ребята собираются в круг, делятся на группу пчёл и медведей, надевают маски - ободки/

Подвижная игра «Медведь и пчёлы»

/пчёлки сидят в ульях (за стульчиком), затем вылетают из ульев, летят собирать пыльцу с цветов под «Вальс» И.Штрауса. В это время медведи и Винни - Пух подкрадываются к ульям, забираются в них и поедают мёд. Музыка останавливается, и тогда пчёлки возвращаются в ульи и жалят медведей (дотрагиваются до них рукой). Медведи разбегаются. Игру можно повторить 2 раза. Дети могут поменяться ролями/

Ведущий

Весёлая игра, Винни – Пух. Спасибо, что научил. Ребята, вам понравилось играть с Винни – Пухом? (да)

Винни – Пух

И мне очень понравилось у вас на празднике. Но мне пора домой. До свидания.

/дети прощаются с Винни – Пухом/

Ведущий

Ребята, послушайте, к нам кто – то ещё спешит.

Сходив однажды на базар,

Она купила самовар.

Друзей к себе всех пригласила,

Кормила их она, поила.

Трусливы гости оказались,

Помочь в беде ей отказались.

Но тут влетел в окно герой,

И за неё он стал горой.

(муха Цокотуха)

/звучит «Маленькая полька» Д. Кабалевского, влетает муха Цокотуха, кружится, останавливается/

Муха Цокотуха

Здравствуйте, ребята. Шла я на базар, хотела сладости к чаю купить. Встретила Карлсона и Винни – Пуха. Они посоветовали заглянуть к вам на праздник.

Ведущий

Молодец, что к нам заглянула, оставайся. У нас на празднике гостит пчёлка, она всех медком угощает.

Муха Цокотуха

Мёд обожаю.

/пробует пчелиный мёд из игрушечного бочонка/

Муха Цокотуха

Спасибо за сладенький медок. Очень вкусно. Ребята, а вы любите пить чай? (да)

Муха Цокотуха

Предлагаю вам открыть творческую мастерскую по производству сладостей к чаепитию. Будем рисовать мелом на асфальте. Согласны? (да)

Конкурс рисунков «Сладости для чаепития»

/ведущий помогает детям разделиться на 3 группы, раздаёт детям цветные мелки (по 2-е упаковки каждой группе). Каждая группа детей находится друг от друга на таком расстоянии (примерно 5-7 м), чтобы дети не могли видеть и слышать, что участники других групп рисуют. Когда всё будет готово, ведущий и муха Цокотуха по очереди подходит к каждой группе детей и рассматривают рисунки. Можно пригласить детей из 2-ух других групп отгадать, что нарисовано на асфальте. В качестве рисунков могут быть нарисованы и конфеты, и торт, и баранки, и пирожные. Ведущий и муха Цокотуха могут оказать помощь участникам конкурса: дать совет или помочь в выборе рисунков. Для этого ведущий и муха Цокотуха могут использовать загадки, отгадками которых послужат сладости/

В праздник я приду ко всем,

Я большой и сладкий.

Есть во мне орешки, крем,

Сливки, шоколадки.

(торт)

На вкус сладкие всегда,
Портят зубки иногда,
В них бывает шоколад,
Карамель и мармелад!

(конфеты)

В печке выпекся он смуглый,
Как баранка, тоже круглый.
Эту мягкую баранку
Съем на завтрак спозаранку.

(бублик)

Может быть оно песочным,
А порой и с кремом.
Иногда бывает с сочным
Аппетитным джемом.

(пирожное)

Муха Цокотуха

Молодцы, ребята! Очень красивые рисунки. Много вкусного смогли воплотить через творчество. Постарались все! Ну, а теперь давайте поиграем и потанцуем. Танец «Если нравится тебе, то делай так...»

Если нравится тебе, то делай так: хлоп, хлоп!

Если нравится тебе, то делай так: топ, топ!

Если нравится тебе, то и другим ты покажи.

Если нравится тебе, то делай так:

топ, топ, хлоп, хлоп!

/игра может продолжаться бесконечно, лишь меняются виды движений/

/дети встают в круг, муха Цокотуха в центре. Муха Цокотуха произносит слова песенки и показывает движение (движения могут быть самые разнообразные. Чем они забавнее, тем игра пройдет веселее). Дети повторяют движения, Можно предложить ребёнку придумать и показать движение. Ребёнка можно выбрать, указав на него рукой/

Ведущий

Молодцы, ребята! Повеселились от души!

Справились со всеми заданиями, проявили ловкость, очень весело танцевали, красиво рисовали. Вам понравился праздник? (да)

Ведущий

В завершении праздника хочется вас угостить сладкими сюрпризами

5. Закрытие смены.

007: Здравствуйтесь, здравствуйтесь!

700: Хеллоу леди энд джентльмены!

007: Я так понимаю...мы попали на праздник? (дети отвечают «ДА!!!»)

007: И это закрытие лагерной смены? (дети отвечают «ДА!!!»)

700: С вами сегодня неподражаемый агент 007!

007: И не совсем агент 700!

700: И даже почти неважно, что наши парашюты приземлились немного дальше, чем предполагалось.

007: Ты прав, агент 700, я думаю. Что мы и здесь подружиться с ребятами и здорово проведем время!

700: Правда друзья???????(дети отвечают «ДА!!!»)

700: Мы очень рады всех вас видеть, и хотелось бы с каждым поздороваться, но нас только двое!

007: Тогда нужно поздороваться всем вместе:

Парам-парэра!

Дети: Хей!

Праздник МЫ сейчас откроем,

Чудо-игры здесь устроим.

Повернитесь все друг к другу,

И пожмите руки другу.

Руки вверх все поднимите

И вверху пошевелите.

Крикнем весело: "Ура!"

Игры начинать пора!!!

Вы друг другу помогайте,

На вопросы отвечайте

Только "Да" и только "Нет"

Дружно дайте мне ответ:

Если "нет" вы говорите,

То ногами постучите,

Если говорите "Да"-

В ладоши хлопайте тогда.

Травку мы едим в обед.

Это правда, дети?.. (Нет - дети стучат ногами).

Для козы трава еда?

Отвечайте дружно... (Да - хлопают в ладоши).

Ель зеленая всегда?

Отвечаем, дети... (Да).

Дождь - замерзшая вода?

Отвечаем дружно... (Нет).

С юмором у вас в порядке?.. (Да)

Сейчас я прыгаю в присядку?.. (Нет)

Ну как весело вам ребята? А мне нет! Это мы так с вами до вечера топать и хлопать будем, а давайте уже веселиться

007: Для открытия праздника, посвященного дню закрытия лагерной смены, слово предоставляется начальнику лагеря _____.

Праздник, посвященный закрытию лагерной смены, объявляется открытым. Ракета хорошего настроения. Всем УРА!!!! (дети отвечают «УРА!!!»)

700: Сегодня мы с вами прощаемся на время самых длинных каникул, но впереди у вас море и веселый отдых, но сегодня мы скучать тоже не намерены!

Выступления отрядов.

Игра : "Это я, это я, это все мои друзья!"

-Кто из вас хочу узнать

Любит петь и танцевать?

-Кто из вас такой хороший

Загорать ходил в калошах?

-Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

-Кто из вас, скажите вслух,

На обеде ловит мух?

-Кто из вас, из малышей

Ходит грязный до ушей?

-Кто из вас своим трудом

Украшает класс и дом?

Выход воспитателей

И вот мы снова расстаемся,

Но верить хочется всегда,

Что мы, конечно, же вернемся,

Что лагерь вновь откроет двери,

Мы вновь услышим звонкий смех.

Скажи, ты веришь?

Да, я верю!

Что наши дети лучше всех!

Мы вам хотим сказать спасибо,

За добро и за любовь.

Лишь ради вас, поверьте, дети,

Мы все вернемся в лагерь вновь.

1 отряд – вы лучшие!

2 отряд – вы просто чудо!

4 отряд – вы задора заряд!

5 отряд – вы суперотряд!

6 отряд – вы гордость моя!

7 отряд – мы вас никогда не забудем!

Вед: Ну что ж, наш праздник подошёл к концу.

Вед.: Однажды завтра мы пойдем

Что нам сегодня не хватало.

Как было нам ничтожно мало

Того что было этим днем.

Однажды завтра мы пойдем

Как дорог был нам день вчерашний

Вед. – Вот мы и подвели итоги уходящего летнего сезона, наградили лучших из лучших, сказали напутственные слова всем присутствующим и теперь настал момент получения подарков и веселой праздничной

Список использованной литературы:

1. <http://nsportal.ru>
2. <http://infourok.ru>
3. 3dorowo.ru
4. <http://nsportal.ru>
5. <http://www.maam.ru>