Отдел образования, спорта и туризма Логойского райисполкома

ГУО «Гостиловичская средняя школа Логойского района»

**Сценарий внеклассного мероприятия**

**«Здоровый образ жизни в школьных предметах»**

Автор сценария: Лапцевич

Наталья Александровна,

заместитель директора

по воспитательной работе

аг. Гостиловичи, 2017

Цель: пропаганда здорового образа жизни через школьные предметы.

Задачи:

1. Сформировать средствами школьных предметов ценностное отношения к своему здоровью
2. Активизировать познавательную деятельность участников

**Ход мероприятия**

Участники делятся на команды, каждая команда даёт себе название и девиз, также выбирается капитан.

1. **ЗОЖ и русский язык**

Из предложенных обрывков фраз необходимо составить пословицы о здоровом образе жизни. (Приложение 1) За быстроту даётся – 1 балл, за понимание значения пословицы – 2 балла.

1. **ЗОЖ и физика**

Верны ли следующие утверждения:

1. Космические условия не влияют на людей? (не верно - влияют)
2. Всплески энергии на Солнце провоцируют резкие скачки кровяного давления? (верно)
3. При понижении атмосферного давления у человека происходит понижение внутричерепного давления? (не верно – при повышении)
4. Метеоусловия влияют на нервную систему человека? (верно)
5. Кровь – это электромагнитная система, которая чувствительна к изменениям магнитного поля? (верно)

За каждый правильный ответ команда получает по 1 баллу.

1. **ЗОЖ и пение**

Необходимо за 1 минуты вспомнить как можно больше песен, в которых поётся про здоровье.

* «Если хочешь быть здоров»
* «Пейте дети молоко»
* Владимир Высоцкий «Утренняя гимнастика»
* «Трус не играет в хоккей» и т.д.

За каждую названную песню команда получает 1 балл.

1. **ЗОЖ и химия**

Ведущий раздает каждой команде по листику, на котором написано «белки», «жиры», «углеводы». Каждая команда должна написать как можно больше продуктов, являющихся источником данных веществ. На выполнение задания отводится две минуты.

Та команда, которая написала больше продуктов, получает 3 балла.

1. **ЗОЖ и информатика**

На листах формата А3 необходимо нарисовать ученика, который сидит за компьютером. На данном рисунке должны быть видны основные правила посадки за компьютером. Каждой команде дается 5 минут для рисования и 2 минуты на объяснение рисунка.

Команда, которая справилась с заданием получает 3 балла.

1. **ЗОЖ и биология**

Из предложенного перечня заболеваний необходимо выбрать те, которые в большей степени обусловлены неправильным питанием. Также необходимо назвать принципы правильного питания.

* **Гастрит и язва**
* **Ожирения**
* **Гипертония**
* **Анорексия и дистрофия**
* Грипп
* **Булимия**
* **Сердечно-сосудистые заболевания**
* **Сахарный диабет**
* ОРВИ
* Крапивница
* Ветрянка
* Гайморит
* Бронхит

Команда, которая справилась с заданием получает 3 балла.

1. **ЗОЖ и математика**

При помощи такого предмета как математика мы можем высчитать, что и в каком количестве требуется для нашего здоровья. А также можно подсчитать, какими последствиями могут грозить вредные привычки. Каждой команде выдаются задачи, связанные со здоровым образом жизни, которые они должны решить за 5 минут.

*Задача №1*

Новорождённый ребенок весит в среднем 3300 г, но когда курит отец, то ребенок теряет вес на 125 г., а когда курит мать, то на 300 г. Сколько % в весе потеряет новорождённый, если его мать курит? (Ответ: 9%)

*Задача №2*

Средняя продолжительность жизни белоруса 70 лет. Дети, которые курят сокращают свою жизнь на 15%. Посчитайте среднюю продолжительность жизни курящих детей. (Ответ: 59,5 лет)

*Задача №3*

Эффективность лечения наркомании составляет 3-5%, как утверждают наркологи. Посчитайте сколько из ста наркоманов, которые прошли курс лечения, навсегда откажутся от употребления наркотиков? (3-5)

*Задача №4*

При выкуривании одной сигареты в кровь человека поступает 3 мг никотина. Какое количество никотина поступает в организм человека за неделю, если в день человек выкуривает 10 сигарет? (Ответ: 210 мг)

За каждую верно решенную задачу команда зарабатывает 1 балл.

Список использованной литературы:

1. Алимова, Т. М. Здоровье: Математика про тебя. Сборник задач по математике / Т. М. Алимова. - М., 2003.
2. Капалыгина, И.И. Здоровый образ жизни и безопасное поведение: пособие к факультат. занятиям для учащихся 6-го кл. общеобразоват. учреждений / И.И. Капалыгина. – Минск: Нац. ин-т образования, 2010. – 136 с. : ил.

*Приложение 1*

Пословицы:

|  |  |
| --- | --- |
| В здоровом теле | здоровый дух |
| Дал бы Бог здоровья, | а счастье найдём. |
| Двигайся больше – | проживешь дольше. |
| Держи голову в холоде, | живот в голоде, а ноги в тепле. |
| Доброе слово лечит, | а злое калечит. |
| Если хочешь быть здоров | – закаляйся. |
| Здоровьем слаб, так | и духом не герой. |
| Здоровье дороже денег, | здоров буду и денег добуду. |
| Здоровье | за деньги не купишь. |
| Кто спортом занимается, | тот силы набирается. |