Игровая программа «Советы Айболита»

Как укрепить свое здоровье? Что надо знать и уметь, чтобы избежать болезней и несчастных случаев? Про это и многое другое рассказала библиотекарь ученикам 1А класса 69 школы. В ходе игровой программы ребята путешествовали по станциям в сопровождении сказочного Доктора Айболита. Совершив первую остановку, дети узнали, что слово «микроб» произошло от греческих понятий: «микрос»-малый, «биос»-жизнь. Есть среди микробов существа покрупнее – бактерии, есть и совсем мелкие – вирусы. Все участники мероприятия активно разгадывали загадки, повстречавшиеся им во время путешествия.

На следующей станции: «Полезные советы» дети узнали, что нужно делать, если появились первые признаки болезни? Ведь очень важно принять меры до прихода врача и постараться облегчить свое состояние. Выясняли, можно ли самим принимать таблетки? Игра «Угадай, что я делаю?» сильно развеселила ребят. Один ученик умело показывал действия, а остальные должны были отгадать их. А также рассказать какое отношение имеет это к заботе о здоровом образе жизни.

«Лекарства – наши спасители и помощники». – вот девиз следующей станции «Лекарственная». Дети участвовали в роли знатоков правильного питания, играя во «Фрукты и овощи» Как умело и с увлечением у ребят получалось «готовить блюда» и разбираться в полезности витаминов и микроэлементов , содержащихся в овощах и фруктах.

Но для того, чтобы быть здоровым, надо быть активным, делать зарядку, заниматься спортом, гулять на свежем воздухе. Это нам подтвердила веселая игра «Мы это знаем», в которой школьники успевали не только делать зарядку, но и отвечать на вопросы викторины.

В заключении программы ученики закрепили правила здорового образа жизни. Пообещали соблюдать режим дня, чередовать умственные и физические нагрузки, гулять на свежем воздухе, соблюдать правила гигиены и правильно питаться. Ведь любую болезнь легче предупредить, чем вылечить.

Материал подготовила Денисова Л. А.