

Краевое государственное бюджетное учреждение для детей-сирот
и детей, оставшихся без попечения родителей,
оказывающее социальные услуги,
«Троицкий центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»

***Интеллектуально –
познавательная игра:
«Знание - сила».***



10+

Разработала:

Воспитатель 1 категории

Карпова С.А.

2024г.

Интеллектуально – познавательная игра:

«Знание - сила».

Цель: Пропаганда здорового образа жизни; воспитание личной ответственности за сохранение своего здоровья.

Задачи:

- Расширить и актуализировать знания воспитанников о пагубном воздействии вредных привычек на личное здоровье;
- Систематизировать знания о правилах здорового питания, о влиянии физической культуры на здоровье человека;
- Формировать тенденции и установки к ЗОЖ.

Ход игры:

Ведущий:

Всем здравствуйте. Я рада видеть всех присутствующих в этом зале на нашей интеллектуальной игре: «Знание - сила».

Я приветствую участников команд, которые участвуют сегодня в игре.

Сегодняшняя игра посвящена теме ЗОЖ.

Почему именно теме здоровья посвящена игра?

Здоровье - это самое главное в жизни каждого человека.

Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшнее мероприятие не пройдёт даром, и вы многое подчерпнёте из него.

Каждый тур игры посвящен определённой теме здоровья. Например, 1 тур игры - посвящен теме здорового питания, 2- вредным привычкам, 3 – движению и спорту.

Правила игры (слайд 3).

(Представление команд, девиз)

Ведущий:

Мы начинаем нашу игру.

Команды готовы?

Итак, первый тур (слайд 4). Он посвящён секретам здорового питания. В нём 3 задания. Ребята, **1 задание – это разминка** (слайд 5). Которая называется **«Правда или ложь»**. (Ведущий раздаёт карточки командам).

У вас на столах карточки. Это ваши ответы на вопросы. Капитаны команд после обсуждения в группе поднимают карточку с ответом. Жюри фиксирует ответы в протоколе. За каждый правильный ответ команды получают 1 балл. Итак, начинаем.

Задание № 2.

«Щи да каша – пища наша» (слайд 22).

В этом задании мы проверим ваши знания о пользе каш, (которые очень многие из вас не любят), и узнаете так чем же они полезны для нашего здоровья. Капитаны команд после обсуждения в группе поднимают карточку с ответом. Жюри фиксирует ответы в протоколе. За каждый правильный ответ команды получают по 1 баллу.

Задание №3 (слайд 33).

Чёрный ящик.

Необходимо узнать предмет по описанию. Если команда угадывает с первой подсказки, то получает 3 балла. С каждой подсказкой уменьшается количество получаемых баллов.

1. Этот овощ с давних пор славился своими лечебными свойствами. В нём большое количество витаминов и минералов. Вдыхание паров этого овоща хорошо помогает при кашле и ангине. Этот овощ служит нам пищей и лекарством.

Древние греки считали этот овощ пищей бедняков, поэтому людям, употреблявшим его в пищу был воспрещён вход в храм. Пифагор называл его царём среди приправ. Воины Древнего Рима жевали его перед боем. В Англии перед петушиным боем его давали поклевать петухам, чтобы они задорнее дрались от его запаха.

2. Этот овощ - мощный антибиотик. Убивает более 60 типов грибков и 20 типов бактерий.

В древнем Египте им лечили все болезни: от насморка и зубной боли до чумы. Во время строительства египетских пирамид многочисленные рабы, содержащиеся в ужасных условиях, избежали эпидемий благодаря тому, что в их рацион ежедневно входил этот овощ.

Это растение содержит летучие вещества – фитонциды.

Именно благодаря им достаточно 1-2 минуты, чтобы уничтожить возбудителей таких опасных заболеваний как туберкулёз, дифтерия, грипп.

3. В сыром виде способен бороться с различными инфекциями. «Грибковые, бактериальные, паразитарные и даже вирусные заболевания ослабляются с его помощью.

Исследования показывают, что норма для каждого человека — один или два зубчика в день.

Ответ: чеснок.

2 тур.

« Кто курит табак, тот сам себе враг» (слайд 35).

2 тур посвящен вредным привычкам.

1. Внимание на экран, мы посмотрим с вами небольшое видео, после чего будет задание.

Задача (См. в приложении). Капитаны отвечают.

Листы с ответами сдаём жюри, для оценки правильности расчётов.

Продолжение видео: (опыт).

Командам необходимо подумать и сделать вывод: о чём говорит этот опыт? Что он нам доказывает? Карточки с ответами команд оценивает жюри.

2 задание: «Продолжи».

(Ведущий раздаёт карточки командам).

1 команда.

1. Капля никотина убивает... (лошадь или муху)
2. Кто из русских правителей запретил курение? (Иван Грозный или царь Михаил Фёдорович)
3. Продолжите “Человек - это венец... (короля или природы)
4. Часто при курении повышается... (артериальное давление или атмосферное давление)
5. Продолжите “Много вина - мало... (ума или денег)
6. На сколько минут укорачивается жизнь курильщика после каждой выкуренной сигареты? (на 15 минут или на 10 минут)
7. Что разрушает вирус иммунодефицита? (иммунную систему или выделительную систему)
8. Продолжи “Курильщик - сам себе ... (могильщик или доброжелатель)
9. По какой причине в России было запрещено курение? (из-за частых пожаров или из-за одурманивания народа)
10. Известный хирург Фёдор Углов утверждал, что после приёма спиртного в коре головного мозга остаётся ... (кладбище нервных клеток или заряд бодрости и веселья)

- 11.Продолжи “Муж пьёт - полдома горит, жена пьёт - весь ... (дом горит)
- 12.Что поражается у курильщика, прежде всего? (сосуды или легкие)
- 13.Продолжи “Пьяный человек - не человек, ибо он потерял ... (разум или кошелек)
- 14.Сколько литров табачного дёгтя проходит за 10 лет через дыхательные пути курильщика (8 литров или 5 литров)
- 15.Никотин - это яд, который особенно влияет на... (рост или зрение)

2 команда

1. Что делали по закону, который издал китайский император Ву Вонг в 1220 году, уличенным в пьянстве? (подвергали смертной казни или изгоняли из страны)
2. Продолжите “Хлеб на ноги ставит, а вино... (валит)
3. Писатель Василий Белов назвал курящих женщин... (гусынями или курицами)
4. Образование раковых опухолей у курильщика вызывают содержащийся в сигарете... (никотин или радиоактивный полоний)
5. Наркотики – это химические вещества, оказывающие воздействие на... (нервную систему или органы пищеварения)
6. Кто из известных русских писателей сказал такую фразу: “Редкий вор, убийца совершает свое дело трезвым”. (Л.Н. Толстой или А.П. Чехов)
7. Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении? (около 10 или около 30)
8. Смола, образующаяся при сгорании табака, вызывает... (отравление или опухоли)
9. Какое количество россиян ежегодно уносит “эпидемия” моды курения? (около 100 тысяч человек или 400 тысяч человек)
- 10.Какое воздействие оказывает алкоголь на центральную нервную систему? (положительное или отрицательное)
11. Рак легкого у курящих встречается чаще, чем у некурящего... (в 30 раз или 15 раз)
- 12.Назовите болезнь заядлых курильщиков? (кашель или бронхит)
- 13.Во сколько раз смертность детей в пьющих семьях выше, чем в непьющих? (в 2 раза или в 3 раза)
- 14.Что помогает сохранить и укрепить здоровье людей? (спорт, ЗОЖ)
- 15.Какое количество табачного дегтя содержится в 1 кг табака, который человек выкуривает за месяц? (70 мл. или 90 мл.)

3 тур

«Движение - жизнь».

(Слайд 36)

Древние греки утверждали: «Хочешь быть здоровым – бегай. Хочешь быть красивым – бегай. Хочешь быть умным – бегай!».

Физкультминутка. Капитаны и участники команд подготовили комплекс упражнений для проведения физкультминутки. Включается музыка. Команды под музыку выполняют свой комплекс упражнений.

В мире спорта (слайд 37)

Играющим предлагается вопрос и несколько вариантов ответов. Участники команд, посоветовавшись, должны найти правильный ответ и поднять соответствующую табличку с цифрой. За правильный ответ даётся 1 балл.

Вопросы:

1. Какая спортивная игра является самой популярной в мире?
(4 Футбол.)
2. Как называются соревнования велосипедистов и лыжников?
(8 Гонка)
3. Игра в кегли, которые нужно сбить при помощи тяжёлых шаров.
(11 Боулинг)
4. В каком виде спорта правила запрещают бежать?
(9 Спортивная ходьба)
5. Назовите в какой игре пользуются самым тяжелым мячом?
(10 в баскетболе)
6. Приближаясь к огневому рубежу, лыжник заранее замедляет ход, успокаивается, чтобы рука не дрожала. Назовите вид спорта. (7)
7. Участники этого вида спорта всё время едут по пересечённой местности, преодолевая пески, спуски, подъёмы и рвы. (2)
8. Впервые сыграли в эту игру в 1895 году американские пожарные. Они перебрасывали мяч через бельевую верёвку. Как эта игра называется сегодня. (5)
9. При этом виде спорта спортсмены стремятся, чтобы шаг их был как можно длиннее и чаще. (6)
10. Пятёрка ребят долго и тщательно готовится к своему высокогорному путешествию. О каком виде спорта идёт речь. (3)

11. Этот вид спорта «поставил на ноги» знаменитого лётчика , Героя Советского Союза Алексея Маресьева: он занимался упражнениями очень упорно. (1)

4 Тур. Творческий.

«Ромашка здоровья» (слайд 38).

Задание: участникам команд необходимо на плакатах нарисовать ромашку здоровья: в центре ромашки написать «ЗОЖ», на лепестках написать составляющие здорового образа жизни. Например: здоровое питание, гигиена, спорт и т.д.

Капитаны команд знакомят с результатами работы . Плакаты сдаются на оценку жюри.

Подведение итогов игры.

На этом наша игра подошла к концу.

Ребята! Я желаю вам быть всегда здоровыми, сильными, применять ваши знания в жизни. Отличного настроения, никогда не унывать.

Жюри подводит итоги игры.

Награждение команды победительницы.

Приложение.

Задача. (После просмотра видео о курении).

Пачка сигарет стоит в среднем _____ руб.

Одной пачки сигарет хватает на 1 день.

Посчитайте, сколько денег потребуется на сигареты в
месяц? В год?

Ответ: _____руб. в месяц.

_____руб. в год.

Вопросы (после просмотра видео с опытом):

1. В каком сосуде самая высокая концентрация яда никотина?

2. Какая жидкость в первом сосуде? _____
3. Какая жидкость во втором сосуде? _____
4. В каком сосуде пиявка погибла через несколько секунд? _____
5. Через сколько секунд погибла пиявка во 2
сосуде? _____

Вывод:

2 задание: «Продолжи».

(Ведущий раздаёт карточки командам).

1 команда.

1. Капля никотина убивает... (лошадь или муху)
2. Кто из русских правителей запретил курение? (Иван Грозный или царь Михаил Фёдорович)
3. Продолжите “Человек - это венец... (короля или природы)
4. Часто при курении повышается... (артериальное давление или атмосферное давление)
5. Продолжите “Много вина - мало... (ума или денег)
6. На сколько минут укорачивается жизнь курильщика после каждой выкуренной сигареты? (на 15 минут или на 10 минут)
7. Что разрушает вирус иммунодефицита? (иммунную систему или выделительную систему)
8. Продолжи “Курильщик - сам себе ... (могильщик или доброжелатель)
9. По какой причине в России было запрещено курение? (из-за частых пожаров или из-за одурманивания народа)
10. Известный хирург Фёдор Углов утверждал, что после приёма спиртного в коре головного мозга остаётся ... (кладбище нервных клеток или заряд бодрости и веселья)
11. Продолжи “Муж пьёт - полдома горит, жена пьёт - весь ... (дом горит)
12. Что поражается у курильщика, прежде всего? (сосуды или легкие)
13. Продолжи “Пьяный человек - не человек, ибо он потерял ... (разум или кошелек)
14. Сколько литров табачного дёгтя проходит за 10 лет через дыхательные пути курильщика (8 литров или 5 литров)
15. Никотин - это яд, который особенно влияет на... (рост или зрение)

2 команда

1. Что делали по закону, который издал китайский император Ву Вонг в 1220 году, уличенным в пьянстве? (подвергали смертной казни или изгоняли из страны)
2. Продолжите “Хлеб на ноги ставит, а вино... (валит)
3. Писатель Василий Белов назвал курящих женщин... (гусынями или курицами)
4. Образование раковых опухолей у курильщика вызывают содержащийся в сигарете... (никотин или радиоактивный полоний)
5. Наркотики – это химические вещества, оказывающие воздействие на... (нервную систему или органы пищеварения)
6. Кто из известных русских писателей сказал такую фразу: “Редкий вор, убийца совершает свое дело трезвым”. (Л.Н. Толстой или А.П. Чехов)
7. Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении? (около 10 или около 30)

8. Смола, образующаяся при сгорании табака, вызывает... (отравление или опухоли)
9. Какое количество россиян ежегодно уносит “эпидемия” моды курения? (около 100 тысяч человек или 400 тысяч человек)
10. Какое воздействие оказывает алкоголь на центральную нервную систему? (положительное или отрицательное)
11. Рак легкого у курящих встречается чаще, чем у некурящего... (в 30 раз или 15 раз)
12. Назовите болезнь заядлых курильщиков? (кашель или бронхит)
13. Во сколько раз смертность детей в пьющих семьях выше, чем в непьющих? (в 2 раза или в 3 раза)
14. Что помогает сохранить и укрепить здоровье людей? (спорт, ЗОЖ)
15. Какое количество табачного дегтя содержится в 1 кг табака, который человек выкуривает за месяц? (70 мл. или 90 мл.)