

Примерный сценарий проведения информационно-разъяснительного мероприятия «Совет на сто лет!»

Место проведения: образовательные организации, иные учреждения, участвующие в организации досуговой занятости детей в период летней оздоровительной компании.

Участники: дети 6 лет и старше.

Продолжительность: 40 минут.

Цель: Пропаганда здорового и активного образа жизни.

Задачи:

1. Информирование о составляющих здорового образа жизни.
2. Формирование мотивации на ведение здорового и активного образа жизни.

Необходимое оборудование: мультимедийное оборудование, микрофон.

Ход мероприятия:

Вводная часть:

Ведущий: Добрый день, ребята! Наше мероприятие называется «Совет на сто лет!». Как вы считаете, о чем мы сегодня будем разговаривать? И есть ли такой совет, который бы пригодился всем людям? *(Ответы участников).*

Такой совет действительно существует, а с чем он связан мы узнаем, если посмотрим мультфильм, который называется «Сказка о царевиче и трех лекарях».

Прошу вас внимательно посмотреть данный мультипликационный фильм, а после чего мы перейдем к обсуждению ключевых моментов. Внимание на экран!

Просмотр мультфильма «Сказка о царевиче и трех лекарях». Ссылка для скачивания: <https://cloud.mail.ru/public/pGoT/NrQoAa9si>

Вопросы для обсуждения:

1. Главный герой этого мультфильма царевич. Что вы о нем узнали?

Комментарий специалиста: Мы видим, что царевич – это очень избалованный ребенок, с которого родители «пылинки сдувают», и от всяких дел и забот ограждают. В тексте мультфильма сказано: «Едва царевич проснется, ему тут же носочки пуховые нагреют, водичкой розовой помогут, стол для завтрака накроют».

Вы, наверное, обратили внимание, что завтракает царевич в кровати, с ложечки его кормят как малыша, а потом еще и губки ему мама салфеточкой промакивает.

Делать самому ему абсолютно ничего не приходилось, даже сапоги на ноги за него родители надевали. Проанализировав образ жизни царевича, можно сделать вывод о том, что чем больше человек ленится или чем чаще позволяет другим делать за себя самые простые действия, тем хуже ему от этого только становится.

2. Почему именно царевич простудился во время прогулки, а не кто-то другой из его семьи?

Комментарий специалиста: Из мультфильма мы узнали, что даже в жаркую погоду на царевича надевали самую теплую одежду, так, что он даже пошевелиться не мог, и вели гулять под локоточки, чтобы он не ударился. Можно сказать, что царевич «рос в тепличных условиях» - это означает, что его держали в тепле и оберегали от непогоды. При этом остальные члены его семьи всегда одевались по погоде и много двигались, именно поэтому их организм был крепче и выносливее, адаптирован к погоде, и они не простудились во время прогулки.

Образ жизни царевича, стал причиной всех бед в семье. Прогулки на свежем воздухе и закаливание, помогают человеку противостоять болезням. А вы знаете, что закаливаться можно не только водой, но и воздухом? Для этого достаточно не надевать слишком теплую одежду во время прогулки, не закрывать рот и нос шарфом. Холодная, ветреная или сырая погода - это не повод отсиживаться дома, важно правильно подобрать одежду, и тогда такая прогулка принесет только пользу для вашего здоровья и укрепит иммунитет.

Конечно же нельзя забывать и о том, что чем больше человек двигается, тем сильнее и выносливее он становится, именно поэтому рекомендуется ежедневно делать зарядку людям в любом возрасте, а также гулять и играть на свежем воздухе.

3. Почему не смогли вылечить царевича заморские лекари?

Комментарий специалиста: Мы то с вами знаем, что еще не придумали такого лекарства, которое бы смогло вылечить человека в считанные минуты. Если причиной болезни является нездоровый образ жизни, то и начинать лечение нужно с изменений в образе жизни.

4. Как вы думаете, что помогло простому мужику найти причину болезни царевича и вылечить его? Ведь он не был врачом.

Комментарий специалиста: Мужик в мультфильме показан физически крепким, веселым и счастливым человеком, абсолютно здоровым, несмотря на то, что у него нет теплой одежды и ходит он по улице босиком. Этот человек

работает дровосеком, а значит ежедневно активно трудится на свежем воздухе.

Для того, чтобы понять причину болезни царевича, ему достаточно было сравнить свой образ жизни с образом жизни царевича, а, чтобы вылечить - приблизить его образ жизни к своему, именно поэтому он отправляет царевича рубить в лес.

Здоровым считается образ жизни, наполненный движением и активными занятиями спортом. Малоподвижный образ жизни вызывает слабость, плохое настроение и может привести к различным заболеваниям. Здоровая пища – это, как правило, простая пища, такая как каши, супы, овощи и фрукты, молочные продукты, та в которой содержится много витаминов и других полезных элементов. Конечно же не стоит забывать и о закаливании – солнечные и воздушные ванны укрепляют ваш организм тогда, когда вы этого даже не замечаете.

Ведущий: А совет на сто лет, о котором мы говорили в самом начале мероприятия, действительно существует, и он достаточно прост: «Кто здоровье укрепляет, никогда не унывает!». Не забывайте, его, ребята, тогда и вас болезни будут обходить стороной!

Заключительная часть:

Ведущий: В завершении нашей встречи, для того чтобы сюжет этой сказки запомнился вам надолго и вы не повторяли ошибок царевича и его семьи, предлагаю вам принять участие в челлендже «Один в один».

Описание: На выбор предлагается несколько сцен из просмотренного мультипликационного фильма, задача участников выбрать понравившуюся сцену и, используя подручные средства, костюмы, реквизит, попробовать максимально точно воссоздать ее.

Организатор мероприятия осуществляет фотосъемку воссозданной сцены фильма, а затем публикует фотографию в сообществе «Всё в твоих руках! | Волонтеры профилактики» (<https://vk.com/volontery72>) с указанием названия команды (отряда), наименованием образовательной организации/учреждения и муниципального образования, а также указывается количество участников мероприятия.

Сюжеты для участия в челлендже «Один в один»







