муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования дом детского творчества станицы Калининской

КАЛЕЙДОСКОП ОТКРЫТИЙ

СБОРНИК ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ



Автор-составитель:

Чураева Виктория Александровна

методист

ст. Калининская

2025 год

СОДЕРЖАНИЕ

	Рекомендации по применению …….……	3
1	Разработки мероприятий по героико-патриотическому воспитанию…….	4
1.1	Мастер-класс «Истоки добра»……....	4
1.2	Беседа «Пионеры-герои: наследие мужества и отваги»……	8
1.3	Мероприятие-путешествие «Герои нашей памяти»……...	12
2	Разработки мероприятий по духовно-нравственному воспитанию…….……	17
2.1	Тренинг «Искусство прощения»…….……..	17
2.2	Диспут «Будем вежливы» ……..	22
2.3	Познавательная игра «Хочу и надо – трудный выбор»……..	27
3	Разработки мероприятий по пропаганде здорового образа жизни…	31
3.1	Викторина «Здоровым быть здорово»……..	31
3.2	Дидактическая игра «Здоровый образ жизни»……	36
3.3	Командная игра «Здоровый выбор»…….	41
	Информационные источники……	45

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Воспитание является одной из наиболее значимых сфер совместной деятельности педагога и учащегося, поскольку способствует формированию жизненных ценностей, представлений, развитию определенных умений и навыков, личностному росту. В этом процессе взаимодействие между педагогом и учащимися играет ключевую роль в создании благоприятной образовательной среды, способствующей развитию социальных, эмоциональных и интеллектуальных способностей.

В предлагаемом сборнике «Калейдоскоп открытий» представлены разработки мероприятий по духовно-нравственному и героико-патриотическому воспитанию, пропаганде здорового образа жизни.

Материалы могут быть полезны педагогам дополнительного образования и педагогам-организаторам, поскольку представляют собой эффективные инструменты для организации увлекательных, познавательных, творческих мероприятий. Такие мероприятия помогут педагогам создать у учащихся прочную основу для формирования духовно-нравственных ценностей, патриотических чувств, а также привития культуры здорового образа жизни, что в свою очередь будет способствовать всестороннему развитию личности ребенка и формированию его активной гражданской позиции.

Данные конспекты воспитательных мероприятий могут быть адаптированы под различные возрастные группы и интересы учащихся, что делает их универсальными и удобными в использовании в условиях дополнительного образования.

1. Разработки мероприятий по героико-патриотическому воспитанию

1.1 МАСТЕР-КЛАСС «ИСТОКИ ДОБРА»



Цель: содействовать воспитанию патриотизма и чувства благодарности к ветеранам; развивать их творческие способности и навыки через изготовление открыток для ветеранов.

Задачи:

- формирование понимания важности доброты и уважения к другим;
- знакомство с культурными и историческими традициями России;
- развитие навыков общения и командной работы.

Оборудование и материалы: карточки для открыток, краски (акварель, гуашь), маркеры и цветные карандаши, клей, бумажные цветы и другие украшения, фотографии ветеранов (по желанию).

Ход занятия:

Педагог: здравствуйте ребята! Сегодня мы собрались на очень важном и интересном занятии. Мы будем создавать открытки для ветеранов, людей, которые внесли свой вклад в историю нашей страны. Это будет не только творческое занятие, но и возможность показать нашу благодарность и уважение к тем, кто многое сделал для нас. И начать я его хотела бы со стихотворения Я. Белинского «Не стареют душой ветераны».

Помним грохот огня, помним дальние страны,
Каждый год, каждый день, опаленный войной.
Не стареют душой, не стареют душой ветераны,
Ветераны второй мировой.
Пусть заноют порой наши старые раны.
Мы к победе, друзья, шли дорогой крутой.
Не стареют душой, не стареют душой ветераны,
Ветераны второй мировой.
Нам в отставку пока уходить еще равно,
Не сдаются сердца, им не нужен покой.
Не стареют душой, не стареют душой ветераны,
Ветераны второй мировой.
Прочный мир на земле, мир крепить неустанно.
Но готовы всегда мы к судьбе фронтовой,
- Не стареют душой, не стареют душой ветераны,
Ветераны второй мировой.

Педагог: перед началом изготовления открыток, давайте с вами поговорим о ветеранах и их роли в истории нашей страны. Кто такие ветераны? *(ответы детей)*

Педагог: ветераны – это люди, которые участвовали в войнах, военных действиях или трудоёмких процессах, которые были важны для нашей страны. Среди них есть ветераны Великой Отечественной войны, участники боевых действий и локальных конфликтов, а также ветераны труда, которые работали на

«трудовом фронте» во время войны. Ветераны сыграли огромную роль в истории нашей страны. Во время Великой Отечественной войны они защищали нашу Родину от фашистских захватчиков. Одна из самых знаменитых битв — Сталинградская битва, которая стала символом мужества и стойкости нашего народа. Эта битва изменила ход войны и предопределила судьбу всего мира.

Педагог: знаете ли вы какие-нибудь примеры героизма? *(ответы детей)*

Педагог: мы можем вспомнить многих героев, таких как летчики, которые сражались в небе, или солдаты, которые защищали каждый дом и улицу. Их подвиги навсегда останутся в наших сердцах как примеры беззаветной любви к Родине и готовности пожертвовать собой ради мира и свободы.

Педагог: а как вы думаете, зачем нам нужно помнить о ветеранах? *(ответы детей)*

Педагог: важно помнить о ветеранах, потому что они показали нам, что значит быть настоящим патриотом и героем. Они научили нас стойкости, единству и вере в победу даже в самых трудных испытаниях. Мы должны чтить их память и передавать их историю будущим поколениям.

Педагог: а как мы можем показать уважение к ветеранам?

Педагог: мы можем показать уважение ветеранам, создавая открытки и письма, посещая их, слушая их истории и делясь нашим уважением. Это важно, чтобы они знали, что их подвиги не забыты и что мы благодарны за всё, что они сделали для нашей страны.

Педагог: ветераны — это люди, которые внесли свой вклад в историю нашей страны, и мы должны помнить и уважать их подвиги. Мы должны продолжать рассказывать их истории и передавать их будущим поколениям, чтобы они знали, что значит быть настоящим героем и патриотом.

Педагог: ребята, а теперь давайте приступим к изготовлению наших открыток.

Педагог: для нашего творческого процесса подготовим различные материалы: карточки для открыток, краски (акварель, гуашь), маркеры и цветные карандаши, клей, бумажные цветы и другие украшения, фотографии ветеранов (по желанию).

Педагог: открытку можете сделать, опираясь на следующие шаги:

шаг 1: Подготовка основы открытки.

Выбор основы: Возьмите лист плотной бумаги или картона формата А4. Это будет основа нашей открытки.

Создание контура: Если желаете, нарисуйте на лицевой стороне открытки контур голубя или другого символа мира и добра.

Шаг 2: Украшение открытки.

Создание цветов: Нарежьте белые салфетки на квадраты со стороной 2-3 см. Сложите каждый квадрат в гармошку и скрепите степлером. Распушите слои, чтобы получился цветок.

Прикрепление цветов: Нанесите клей на контур голубя или на любое другое место открытки и прикрепите цветы.

Создание стеблей: Вырежьте полоски из зеленой бумаги и прикрепите их к цветам, чтобы создать стебли.

Шаг 3: Добавление надписи и украшений

Надпись: Напишите на открытке поздравительный текст или стихи, выражающие благодарность и уважение к ветеранам.

Украшения: Прикрепите георгиевскую ленточку к открытке. Это символ патриотизма и уважения к ветеранам.

Шаг 4: Завершение работы

Окончательный осмотр: Проверьте, чтобы все элементы были надежно прикреплены.

Подпись: Подпишите открытку своими именами, чтобы показать, что она сделана с любовью и заботой.

Педагог: наши открытки готовы! Продемонстрируйте созданные открытки и поделитесь своими мыслями о том, что вы узнали и почувствовали во время работы.

Педагог: отправьте открытки ветеранам, чтобы они знали, что их подвиги не забыты и что вы благодарны за всё, что они сделали для нашей страны. Эта открытка станет символом вашего уважения и признательности ветеранам, и они обязательно оценят вашу заботу и творчество.

Педагог: спасибо за внимание, за вашу работу! До скорых встреч!



1.2 Беседа «Пионеры-герои: наследие мужества и отваги»



ЛЕНЯ ГОЛИКОВ



МАРАТ КАЗЕЙ



ВИТЯ КОРОБКОВ



ВАЛЯ КОТИК



ПАВЛИК МОРОЗОВ



ЗИНА ПОРТНОВА



ТОЛЯ ШУМОВ



БОРЯ ЦАРИКОВ

Цель: познакомить учащихся с пионерами-героями, рассказать об их подвигах.

Задачи:

1. Формировать у учащихся чувства патриотизма и гордости за свою страну.
2. Развивать навыки критического мышления и анализа исторических событий.
3. Воспитывать у учащихся чувства ответственности за свою жизнь и поступки.

Оборудование: карточки с заданиями, ноутбук, колонки.

Ход занятия:

I. Организационный момент

Педагог: Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня мы собрались здесь, чтобы отдать дань уважения и почтить память тех, кто стал для нас символом мужества, отваги и любви к Родине - пионерам-героям. Их подвиги являются ярким примером того, что любовь к своему народу и готовность защищать свою землю могут быть присущи не только взрослым, но и детям. Давайте же вспомним их имена и подвиги, которые они совершили в годы Великой Отечественной войны.

II. Теоретическая часть

Педагог: Пионеры-герои — это советские пионеры, которые во время Великой Отечественной войны и других значимых событий в истории СССР проявили исключительное мужество и героизм. Их подвиги не только вдохновляли на борьбу за Родину, но и стали символами высокой морали и нравственности в советской идеологии.

Пионеры-герои стали заметной частью советской истории, особенно в годы Великой Отечественной войны (1941-1945). Многие из них участвовали в партизанском движении, работали в тылу, помогали раненым в госпиталях и собирали лекарственные растения.

Наиболее известные пионеры-герои.

Валя Котик. Валя Котик стал одним из самых молодых Героев Советского Союза. Он участвовал в партизанском движении и совершил несколько смелых подвигов, включая уничтожение вражеских объектов.

Марат Казей. Марат Казей был разведчиком в партизанской бригаде. Он проникал во вражеские гарнизоны и доставлял ценные сведения, которые помогали партизанам в их операциях.

Зина Портнова. Зина Портнова работала разведчицей в партизанском отряде. Она была казнена немцами за отказ выдать своих товарищей, и посмертно удостоена звания Героя Советского Союза.

Лёня Голиков. Лёня Голиков уничтожил несколько десятков немецких солдат и офицеров, захватил важные документы и был удостоен звания Героя Советского Союза.

Шура Чекалин. Шура Чекалин был одним из первых пионеров, удостоенных звания Героя Советского Союза. Он погиб в бою в 1941 году.

Боря Цариков. Боря Цариков также был удостоен звания Героя Советского Союза за свои подвиги во время войны.

Педагог: эти и многие другие пионеры-герои стали примером мужества, отваги, любви к своей Родине и готовности отдать свою жизнь за свободу и независимость своего народа.

III. Практическая часть

Педагог: Чтобы более подробно ознакомиться с подвигами наших героев, давайте посмотрим видеоролик. (https://rutube.ru/video/3d56b7593a6bfab5d9ec5f3fb5239e03/)

Педагог: что вы узнали ещё из видеоролика? *(В СССР высшей наградой за доблесть и отвагу было звание Героя Советского Союза. В годы войны многие подростки шли в военкоматы, прибавляя себе возраст, и уходили защищать Родину. Сколько детей и подростков погибло от рук оккупантов, неизвестно до сих пор.)*

Педагог: а теперь давайте с вами пройдём небольшую викторину, чтобы понять, как вы усвоили знания о пионер-героях.

1. Как зовут пионера-героя, который во время Великой Отечественной войны помог своим товарищам бежать из плена? *(Ответ: Марат Казей)*
2. В каком городе находится музей пионеров-героев? *(Ответ: Киев)*
3. Какой пионер-герой был членом подпольной организации “Молодая гвардия” и погиб при выполнении задания? *(Ответ: Туркенич Иван)*
4. Кто такой пионер-герой Леня Голиков и что он сделал? *(Ответ: уничтожил немецкий штаб)*
5. Какой пионер-герой прославился тем, что спас своего товарища из-под пуль? *(Ответ: Валя Котик)*
6. Чье имя носит улица в Москве, где находится мемориал пионерам-героям? *(Ответ: улица Зои и Александра Космодемьянских)*
7. Как называется книга, в которой описаны подвиги пионеров-героев в годы Великой Отечественной войны? *(Ответ: “Пионеры-герои”)*
8. Какой предмет одежды носили пионеры-герои? *(Ответ: галстук)*
9. Какой пионер-герой стал самым молодым Героем Советского Союза? *(Ответ: Валентин Котик)*
10. В какой стране и в каком году был основан Международный комитет по сохранению памяти пионеров-героев и их подвигам? *(Ответ: Россия, 2015 год)*

Педагог: молодцы, ребята! Вы хорошо справились.

IV. Итоги занятия

Педагог: итак, ребята, с чем мы сегодня с вами ознакомились? *(В ходе нашего занятия мы ознакомились с подвигами и жизнью выдающихся пионеров, которые стали примерами мужества, отваги и любви к Родине.)*

Педагог: верно. Мы рассмотрели их жизненные истории, обстоятельства, при которых они совершали свои подвиги, а также значение их действий для

истории нашей страны. Занятие позволило нам осознать важность изучения истории и воспитания на примерах настоящих героев, что способствует формированию патриотизма и гражданственности у молодого поколения.

Педагог: До новых встреч!



1.3 Мероприятие-путешествие «Герои нашей памяти»



Цель: знакомство с историей героев Великой Отечественной войны.

Задачи:

– способствовать формированию нравственных качеств личности на примерах героев;

– воспитывать чувство патриотизма и гордости за Родину;

– формирование патриотических чувств;

– развитие творческих способностей.

Оборудование и материалы: презентация, карточки с заданиями, ноутбук, колонки.

Ход занятия:

Педагог: добрый день всем! Сегодня мы начинаем очень интересное занятие, и я рада, что вы все здесь. Сегодня мы поговорим о героях нашей страны и узнаем, как они помогли нашей Родине.

Педагог: ребята, как вы думаете, кто такие герои? *(ответы детей)*

Педагог: а кто скажет, почему герои важны для нашей страны? *(ответы детей)*

Педагог: можете ли вы вспомнить героев из книг или фильмов? *(ответы детей)*

Педагог: вы знаете, что во время Великой Отечественной войны было много героев, которые спасли нашу страну от врага. Например, Зоя Космодемьянская была одной из таких героинь. Посмотрите на эту картинку, она была очень храброй девушкой.



Педагог: осенью 1941 года, во время Великой Отечественной войны, Зоя добровольно вступила в диверсионно-разведывательную группу. Она была направлена в тыл врага для выполнения заданий по сжиганию населенных пунктов, чтобы лишить немецкую армию возможности зимовать на оккупированной территории. Ее группа получила приказ сжечь десять деревень, включая Петрищево. Во время выполнения задания Зоя была схвачена немцами. Несмотря на жестокие пытки, она отказалась выдать информацию о своих товарищах и была казнена 29 ноября 1941 года.

Педагог: сегодня мы узнаем о многих героях и о том, как они помогли нашей стране. Мы также поговорим о том, почему мы должны гордиться своей Родиной.

Педагог: теперь давайте начнем наше путешествие по истории героев нашей страны. Это будет очень интересно!

Педагог: о следующем герое я предлагаю вам узнать из видеоролика. Вы смотрите внимательно, чтобы потом смогли мне рассказать о ком же там речь. На листиках можете делать пометки, чтобы не упустить важные моменты.

(https://rutube.ru/video/790268d2f0cf670744d705a8943bcdc7/)

Педагог: итак, о чём же говорилось в видео? *(ответы детей)*

Педагог: Александр Иванович Покрышкин родился 6 марта 1913 года в Новониколаевске (ныне Новосибирск) в семье рабочего. В 15 лет он начал работать слесарем-инструментальщиком, но его мечтой было стать летчиком. После окончания авиашколы в Перми и Качинской Краснознаменной авиационной школы, он стал летчиком и начал службу в авиации.

Подвиги во время войны:

Во время Великой Отечественной войны Покрышкин совершил более 650 боевых вылетов и провел 156 воздушных боев. Официально ему зачислено 59 сбитых вражеских самолетов, хотя некоторые источники говорят о 655. Он был не только выдающимся летчиком-асом, но и разработчиком новой тактики воздушного боя, которая стала известна как "высота-скорость-маневр-огонь".

Награды и память:

Александр Покрышкин стал первым трижды Героем Советского Союза, получив эти звания в 1943 и 1944 годах. После войны он продолжал служить в авиации, командовал соединениями и армиями ПВО, а позже занимал пост заместителя Главнокомандующего Войсками ПВО СССР.



Педагог: отправляемся дальше в наше путешествие. Чтобы узнать о ком мы будем говорить далее вам необходимо взглянуть на картинку.



Педагог: я думаю, что многие его узнали! Кто же это? *(ответы детей)*

Педагог: на картинке изображён Леонид Александрович Голиков (Леня Голиков)

Биография:

Леонид Александрович Голиков родился 17 июня 1926 года в деревне Лукино Новгородской области в семье рабочего. Он окончил семилетнюю школу и работал на фанерном заводе. Когда началась Великая Отечественная война, Леня был всего 15 лет, но он решил уйти в партизаны.

Подвиги:

В марте 1942 года Голиков стал разведчиком 67-го партизанского отряда Ленинградской партизанской бригады. Он принял участие в 27 боевых операциях, уничтожил 78 немецких солдат и офицеров, подорвал 14 мостов и 9 вражеских автомашин.

Самый значимый подвиг:

13 августа 1942 года Леня Голиков подорвал легковую машину, в которой находился немецкий генерал-майор инженерных войск Рихард Виртц. Голиков доставил важные документы в штаб, что помогло сорвать планы противника.

Гибель:

24 января 1943 года Леня Голиков погиб в бою под селом Острая Лука. Несмотря на численное превосходство противника, партизаны героически сражались, но большинство из них, включая Леню, не смогли выжить.

Награды:

2 апреля 1944 года Леонид Голиков был посмертно удостоен звания Героя Советского Союза за проявленное мужество и совершенные подвиги.

Педагог: следующий герой с которым мы познакомимся - Виктор Талалихин (1918-1941).

Заместитель командира эскадрильи 177-го истребительного авиационного полка ПВО.

Виктор Талалихин начал воевать уже в советско-финляндскую войну. На биплане сбил 4 вражеских самолета. Затем служил в авиационном училище.

В августе 1941 года одним из первых советских летчиков совершил таран, сбив в ночном воздушном бою немецкий бомбардировщик. Причем раненый летчик смог выбраться из кабины и спуститься на парашюте в тыл к своим.

Затем Талалихин сбил еще пять немецких самолетов. Погиб во время очередного воздушного боя около Подольска в октябре 1941-го.

Спустя 73 года, в 2014-м, поисковики нашли самолет Талалихина, оставшийся в подмосковных болотах.



Педагог: итак, ребята, наше путешествие подходит к концу, с какими мы героями сегодня познакомились? Кто из героев вам понравился больше всего? *(ответы детей)*

Педагог: сегодня мы узнали о многих героях, которые внесли свой вклад в историю нашей страны. Каждый из них показал пример мужества и патриотизма. Вы тоже можете стать героями в своей жизни, помогая другим и делая добрые дела. Спасибо всем за участие и внимание. Надеюсь, вы получили много новых знаний и вдохновения.

2. Разработки мероприятий по духовно-нравственному воспитанию

2.1 Тренинг «Искусство прощения»



Цель: формирование понимания прощения как неотъемлемой части нравственного и духовного развития личности.

Задачи:

– Раскрытие смысла понятия «прощение» и его роли в гармоничном общении, избегающем конфликтов.

– Совершенствование способности к эмпатии и развитию умения прощать других.

– Воспитание таких качеств, как великодушие и терпимость, в межличностных отношениях.

Материалы: Карточки с изображением различных эмоциональных состояний, перечни нравственных качеств, символические «цветы прощения».

Ход занятия:

Педагог: здравствуйте, ребята! Поделитесь улыбками друг с другом, насладитесь этим прекрасным днем. Я очень рада приветствовать вас на нашем занятии. Я надеюсь на вашу поддержку и помощь. Уверена, что наше сотрудничество будет плодотворным. С каким настроением вы пришли на занятие? Какое оно: солнечное или пасмурное? Я желаю, чтобы хорошее настроение не покидало вас.

Педагог: хочу начать наше занятие со стихотворения, а затем мы узнаем тему занятия.

«Трудное слово»
Есть трудное слово на свете,
Его очень трудно сказать.
Его не хотят часто дети
И слышать, не то, что понять.
Оно никому не мешает,
Оно примиряет людей.
И тот, кто его применяет,
Бывает сердечней, добрей.
Что это за слово такое,
Что многих так сильно страшит?
Не сложное, очень простое:
«Прости», — и Бог тоже простит.

Педагог: вы догадались о чём будет идти речь на нашем занятии? *(ответы детей)*

Педагог: взаимоотношения между людьми не всегда складываются идеально. Зачастую возникают ситуации, когда мы испытываем обиду. Иногда это происходит непреднамеренно, а иногда люди наносят обиду осознанно. Обида – это неприятное чувство. Как же с ним бороться? Как научиться прощать тех, кто нас обидел, и как самим просить прощения? Что нам дает прощение? Именно об этом мы и поговорим сегодня.

Педагог: для начала давайте проведём разминку. Упражнение «Определи настроение».

Педагог: я покажу вам карточки с изображением различных эмоций. Ваша задача – выбрать те карточки, которые отражают обиду, неудовлетворение, раздражение.

Педагог: молодцы, ребята! Теперь давайте начнем нашу дискуссию с определения того, что же такое «прощение». Как вы понимаете это слово? *(ответы детей*)

Педагог: простить – значит перестать винить, не держать зла, проявлять терпимость к недостаткам других; не ждать, пока обидчик первым попросит прощения.

В «Толковом словаре русского языка» С. Ожегова «простить» трактуется как «извинить, не вменять в вину, освободить от обязательств». А В. Даль определял это слово как «упростить от греха, вины, долга; освободить от обязательств, помиловать». То есть прощение можно понимать, как освобождение от гнева и обиды, направленных на другого человека или на самого себя.

Если мы не избавляемся от обиды, то негативные переживания, связанные с ней, отравляют нашу жизнь и причиняют страдания. Важно отпускать их и не зацикливаться на негативных эмоциях, связанных с прошлыми событиями. Кроме того, если мы сами обидели кого-то и не попросили прощения, то часто испытываем чувство вины, которое мучает как нас, так и другого человека. Поэтому нужно уметь прощать и просить прощения. Какие чувства мы испытываем, когда нас прощают или, когда мы искренне прощаем сами? (ответы детей)

Педагог: верно, мы испытываем облегчение, удовлетворение, умиротворение, душевное равновесие.

Педагог: неспособность прощать часто приводит к негативным последствиям. В мире происходит множество конфликтов, войн и трагедий из-за того, что люди не умеют или не хотят прощать друг друга.

Педагог: представьте ситуацию: девочка случайно задела двух мальчиков. Один из них умеет прощать, а другой – нет. Первый сразу простил девочку, а второй обиделся и разозлился. Как вы думаете, что произойдет дальше? К чему это может привести мальчика, который не умеет прощать? (*ответы детей)*

Педагог: да, произойдёт драка, слезы, скандал, травма, вмешательство родителей, полиции.

Педагог: вам нравится, когда вас прощают и не наказывают? Значит, и вы должны поступать так же по отношению к другим. Относитесь к другим так, как хотите, чтобы относились к вам.

Педагог: ребята, а теперь внимательно послушайте история о болезни непрощения и далее я задам вам вопросы.

В жаркой Африке, в тихом озере, обитал бегемот. Однажды утром он заболел необычной и заразной болезнью, которая распространилась на всех обитателей озера. Сейчас вы узнаете, как это произошло.

Ранним утром бегемота разбудил чей-то крик. Это испортило ему настроение. Он повалялся на дне озера, затем выплыл на поверхность и

направился к берегу, чтобы найти пищу. В тот момент, когда его спина показалась из воды, на нее приземлились маленькие птички. Обычно бегемот не обращал на них внимания, так как они помогали ему избавляться от насекомых, которые вызывали зуд.

Но в этот раз одна из птичек клюнула бегемота сильнее, чем обычно, и он не смог ей этого простить. Он разозлился и начал прогонять всех птиц со своей спины. Поворачиваясь, он случайно наступил на хвост крокодилу, который лежал на берегу. Крокодил тоже рассердился и решил не прощать бегемота. Но так как бегемот был большим и сильным, крокодил решил выместить злость на ком-нибудь послабее и погнался за щукой. Щука едва уплыла от крокодила и тоже заразилась "болезнью непрощения". Вместо того чтобы простить и успокоиться, она решила навредить маленьким лягушкам. Она стала гоняться за ними, и лягушки еле успели выпрыгнуть из воды. Лягушки разозлились на щуку и начали охотиться на комаров.

Лягушки потревожили комаров, которые мирно сидели в траве. Комары увидели, что на спине у бегемота нет птиц, и дружно сели на нее. Вскоре над озером раздался рев. Это ревел бегемот, потому что комары устроили пир на его спине. У бегемота зачесалась спина, он начал вертеться и снова наступил на крокодила. Крокодил опять рассердился и погнался за щукой. И так целый день все гонялись друг за другом.

Только к вечеру, когда все озеро было взбудоражено, бегемот решил простить птичек и снова пустил их к себе на спину. Птички прогнали комаров, и бегемот успокоился. Вслед за бегемотом успокоился и крокодил. Он простил бегемота, потому что тот перестал наступать на его хвост. Щука простила крокодила и перестала злиться на лягушек, а лягушки перестали обижаться на щуку и больше не трогали комаров. Так к закату солнца над озером вновь воцарились спокойствие и тишина.

В Африке до сих пор вспоминают ту странную болезнь. Звери долго спорили о том, что это была за болезнь и почему они целый день гонялись друг за другом. И только с помощью мудрого льва они придумали ей название – «болезнь непрощения».

Педагог: итак, почему обитатели озера начали ссориться? *(Разучились прощать)*

Педагог: злость и непрощение могут быть заразными?

Педагог: почему вечером на озере воцарилось спокойствие?

Педагог: что может случиться, если кто-то не хочет прощать? (*Обида, злость, ссоры, плохое настроение)*

Педагог: кому навредили обитатели озера тем, что расхотели прощать? *(Самим себе)*

Педагог: кому полезно умение прощать? (ответы детей)

Педагог: необходимо прощать ради себя. Прощение приносит успокоение и освобождает от обид, которые могут привести к болезни.

Педагог: какой мы можем сделать вывод? Тяжело жить с обидой и злостью в сердце. Чтобы этого не произошло, нужно научиться просить прощения.

Педагог: ребята, а как вы просите прощения? Покажите.

Педагог: а вы знали, что при прощении многие люди жмут руку друг другу? Я сейчас расскажу откуда это пошло.

Педагог: рукопожатие – это древний обычай. Когда люди встречались, они показывали друг другу свои ладони, чтобы доказать отсутствие оружия. Рука символизирует душу человека, поэтому рукопожатие означает искренность.

Педагог: а вот несколько правил как просить прощение:

- подойдите к человеку, у которого хотите попросить прощения;
- назовите его по имени;
- посмотрите ему в глаза и четко произнесите слова прощения. Говорите искренне, чтобы человек почувствовал ваше раскаяние.

Педагог: легко ли просить прощения? *(Нелегко, трудно).*

Педагог: что делать, чтобы не пришлось просить прощения? *(Избегать поступков, за которые потом будет стыдно).*

Педагог: давайте поиграем с вами в игру «Человеческие чувства». Выберите из списка те чувства, которые мешают нам прощать. Уничтожьте их, разорвите на мелкие кусочки и положите в коробочку.

На приготовленных лепестках напишите чувства, которые помогут простить и попросить прощения. Соберите из них красивый цветок без злости и обиды.

Чувства для выбора: досада, порядочность, агрессия, доброта, любовь, раздражение, уважение, гнев, вдохновение, интерес, презрение, ненависть, обида, зависть, сердечность, взаимопонимание, равнодушие, радость, ревность, страх, счастье, успех.

Педагог: какой вывод мы можем сделать? Зачем нам нужно прощать или просить прощения? *(Чтобы освободиться от негативных переживаний, научиться бесконфликтному общению).*

Педагог: что дает нам прощение? *(освобождение от негатива, налаживание отношений с окружающими, душевное равновесие).*

Педагог: запомните: каждый может совершить ошибку и обидеть другого. Совершив ошибку, умей ее признать и попросить прощения. Прости, и будешь прощен сам. Прощение уничтожает злобу и ненависть, спасает от одиночества. Прости, и на душе станет легче и светлее. Старайся вести себя так, чтобы потом не пришлось извиняться.

2.2 Диспут «Будем вежливы»



Цель: научить детей определять и применять принципы вежливости и доброты в повседневной жизни, анализируя примеры из литературы и реальных ситуаций, и прививать навыки проявления уважения и внимания к другим.

Задачи:

– Расширить понимание учащихся о значимости доброго отношения к другим и о важности добрых дел.

– Развивать умение анализировать произведения, различать положительные и отрицательные поступки.

– Содействовать воспитанию доброты, уважения к другим, показывая, как положительные действия влияют на личностное развитие.

Материалы и оборудование: ноутбук, колонки, проектор, карточки с заданиями.

Ход занятия:

Педагог: сегодня мы проведем необычное занятие. Темы нашего обсуждения вы увидите на слайде:

«Доброе слово и кошке приятно».

«Вежливости открываются все двери».

«Вежливость — это умение вести себя так, чтобы другим было с тобой приятно».

«Вежливый человек не причинит другому неприятностей и обид».

«Добро, сделанное в тайне, отплатится явно».

Педагог: ребята, кто догадался, какая же у нас тема занятия? *(ответы детей)*

Педагог: верно, мы будем обсуждать вежливость и доброту. Как вы думаете, что такое вежливость и доброта? *(Ответы детей)*

Педагог: вежливость — это термин, происходящий от древнерусского слова «вежа», означающего человека, знающего и соблюдающего правила приличия, проявляющего воспитанность. Доброта — это качество человека, делающего хорошее другим, готового помочь, отзывчивого, преданного, милого, честного и несущего благо. Чтобы быть вежливыми и добрыми, необходимо этому учиться. Ведь только к вежливому, воспитанному и доброму человеку окружающие всегда относятся доброжелательно. Только у такого человека есть верные и надежные друзья. Быть внимательными не так сложно:

- не трудно уступить место в транспорте пожилому человеку.
- не трудно здороваться с людьми при встрече и говорить «до свидания» при расставании.
- не трудно помочь по дому старшим.

Но всегда ли мы выполняем эти простые правила?

Вежливый человек всегда внимателен к людям, старается не причинять им неприятностей, не оскорблять окружающих ни словом, ни делом. Иногда дети ведут себя грубо, думая, что в этих случаях они поступают как самостоятельные и взрослые люди.

Педагог: на столах у вас лежат карточки со стихотворением А. Барто «Признание». Прочтите его и оцените поступок героя.

А. Барто «Признание»

Поди узнай, поди пойми
Что стало с парнем лет 8?
Он всех в один несчастный день
Чуть не довел до слёз.
Его зовут - стоит, как пень,
Как будто в землю врос.
– Смотри, не пей воды сырой!
-Советует сосед.
Один стакан, потом второй
Андрюшка пьет в ответ.
Поди узнай, поди пойми
Что стало с парнем лет 8?
-Придёшь обедать к трём часа
Ему сказала мать,
-Я знаю сам…
А сам явился в 5.
-Ну что с тобой, Андрюшенька?
-Когда я вас не слушаюсь,
Я выгляжу взрослей!

Педагог: если вы считаете, что поступок героя вам симпатичен, вы хотели бы быть похожими на него, то поднимите руку; если не согласны с поступком героя, то покажите другой знак.

Педагог: почему вы не согласны с мальчиком? *(Ответы детей)*

Педагог: грубость и неуважительное отношение к людям — признак плохого воспитания.

Педагог: сейчас девочки прочитают стихотворение А. Барто «Любочка», а вы внимательно слушайте, затем приступим к обсуждению.

А. Барто «Любочка»
Синенькая юбочка. Ленточка в косе.
Кто не знает Любочку? Любу знают все.
Девочки на празднике соберутся в круг.
Как танцует Любочка! Лучше всех подруг.
Кружится и юбочка, и ленточка в косе.
Все глядят на Любочку, радуются все.
Но если к этой Любочке вы придёте в дом,

Там вы эту девочку узнаете с трудом.
Она кричит ещё с порога, объявляет на ходу:
- У меня уроков много, я за хлебом не пойду!
Едет Любочка в трамвае – она билет не берёт.
Всех локтями раздвигая, продвигается вперёд!
Говорит, она, толкаясь: - Фу, какая теснота!
Говорит она старушке: - Это детские места!
- Ну, садись, - вздыхает та.
Синенькая юбочка, ленточка в косе.
Вот какая Любочка во всей её красе.
Случается, что девочки порой бывают грубыми,
Хотя не обязательно они зовутся Любами!

Педагог: как вы считаете, поведение Любочки приемлемо? *(Ответы детей)*

Педагог: почему вы осуждаете Любочку? *(Ответы детей)*

Педагог: ребята для вас подготовили сценку «К нам приходят гости — Буратино и Мальвина». Давайте её и посмотрим, а затем каждый скажет, какой вывод он сделал из этой сценки.

Сценка «Мальвина и Буратино»
Мальвина. Здравствуй, Буратино!
Буратино. Здравствуй, Мальвина!
Мальвина. Что это ты весёлый сегодня? Может быть задания не выполнил?
Буратино. Плохо я справился с заданием.
Буратино. (злобно восклицает) Потому что не умею себя сдерживать.
Мальвина. А как ты думаешь, приятно ли людям с тобой говорить, когда ты такой сердитый?
Буратино. Вот ещё кто не хочет, пусть со мной не разговаривает, плакать не буду.
Мальвина. Буратино, ответь пожалуйста, каким тоном ты разговариваешь?
Буратино. Что значит – каким тоном? Обыкновенным.
Мальвина. Подожди, Буратино, пусть ребята тебе подскажут, действительно ли у тебя обыкновенный тон. Я заметила, что ты говоришь таким тоном не только с ребятами, но, к сожалению, и с папой Карло.
Буратино. Не было этого, не было, не было.
Мальвина. Ну вот, опять ты за свое. А когда ты говоришь папе Карло: «Хочу мороженое, хочу мороженое» или «Хочу в школу, хочу в школу» - разве это не было сказано капризным голосом?
Буратино. Может быть я иногда и говорю немного громко и капризно. Зато я хороший товарищ, всем помогаю, люблю всех веселить. Только некоторые шуток не понимают. Вот вчера, например, иду и вижу: Пьеро поскользнулся и как хлопнется на землю. Я, конечно, не стал смеяться и спросил у него: «Ну как

посадка прошла?» Он обиделся почему- то и ушёл. А что я ему плохого сказал? Нехорошо он поступил, правда, ребята? (зал отвечает)
Мальвина. Я думаю, что ребята правильно тебе сказали, ты поступил плохо. Нужно следить за своими словами. «Доброе слово бальзам для души, а дурное - яд»
Буратино. Я разве один так разговариваю? Да я можно сказать учусь у ребят. Вот они на меня нападают, объясняют, что правильно, что неправильно. А сами как разговаривают? Потому что многие из них очень похожи на меня. Разве не так? Есть такие, что даже бранятся. Да, да, я сам слышал! Из-за мелочи называют друг друга грубыми словами, дразнятся, не уступают друг другу. А иногда смеются над бедой товарищей. Давайте ребята не будем спорить, кто хуже, кто лучше ведёт себя, а просто все станем добрее. Хорошо я придумал, Мальвина? Ведь недаром в народе говорят:
«-Не делай зла, не то оно к тебе вернётся.
Не рой другому яму - сам споткнёшься.
Когда свершил добро или зло, глядишь назад оно к тебе пришло».
Мальвина. Это ты здорово придумал. Как гласит пословица «Слово лечит, слово ранит»

Педагог: ребята, какие мысли у вас вызвала эта сценка? *(ответы детей)*

Педагог: не только слова должны быть добрыми, но и поступки такими, чтобы за них не приходилось краснеть ни нам, ни родителям, ни друзьям.

Педагог: ребята, а какие волшебные слова вы знаете? *(ответы детей)*

Педагог: а каким, по вашему мнению, должен быть вежливый человек? Давайте составим словесный портрет вежливого человека. Какой он? *(дети в группах составляют словесный портрет)*

Педагог: на доске вежливый человек — добрый, внимательный, воспитанный, галантный, отзывчивый, приветливый, любезный, обходительный, корректный, проявляющий уважение.

Педагог: и в заключение нашего занятия, послушаем ребят, которые прочитают стихи «Если ты воспитан» и другие.

Педагог: сегодня мы ещё раз вспомнили, что такое вежливость и доброта. Давайте постараемся быть вежливыми и добрыми везде и всегда. Всем спасибо за работу.

2.3 Познавательная игра «Хочу и надо - трудный выбор»



Цель: помочь учащимся понять важность различия между желаниями и обязанностями, а также научить принимать обоснованные решения.

Задачи:

– Развитие навыков поиска компромисса и решения конфликтов.

– Развитие навыков анализа и оценки последствий выбора между «хочу» и «надо».

– Развитие коммуникативных и аргументационных навыков.

– Развитие навыков различия между желаниями и обязанностями.

Оборудование и материалы: карточки с заданиями, ватман, цветные карандаши, клей.

Ход занятия:

Педагог: добрый день всем! Я рада встретиться с вами на сегодняшнем занятии. Надеюсь, у всех всё хорошо, и вы готовы к интересному и продуктивному разговору.

Педагог: сегодня мы будем говорить о очень важной и актуальной теме для каждого из нас: «Хочу и надо - трудный выбор». Каждый день мы сталкиваемся с ситуациями, когда нам приходится решать, что делать: следовать своим желаниям или выполнять обязанности. Это может быть действительно сложно, особенно когда наши желания и обязанности противоречат друг другу.

Педагог: давайте начнём с вопроса: когда вам приходилось выбирать между тем, что вы очень хотели сделать, и тем, что вам нужно было сделать? Как вы принимали это решение? Может быть, вы хотели провести время с друзьями, но нужно было закончить домашнее задание или помочь по дому. Или, может быть, вы хотели купить что-то новое, но нужно было накопить на что-то более важное. *(ответы детей)*

Педагог: как сказал один мудрый человек: «Жизнь — это выбор. Каждый день мы выбираем, что делать, как жить и с кем общаться. Но иногда выбор бывает очень трудным...» Эти слова напоминают нам, что выбор между «хочу» и «надо» — это не просто повседневная рутинная задача, а важная часть нашей жизни, которая формирует нас как личности.

Педагог: на занятии мы будем говорить о том, как различать «хочу» и «надо», и как принимать правильные решения в трудных ситуациях. Мы обсудим примеры из жизни и научимся критериям, которые помогут вам принимать обоснованные выборы. Это поможет вам стать более уверенными и ответственными в своих решениях.

Педагог: для начала я хочу послушать ваши мнения, что для вас значит «хочу», а что «надо»? *(ответы детей)*

Педагог: хочу: это желания, которые приносят удовольствие или удовлетворение. Например, играть в игры, смотреть фильмы, общаться с друзьями.

Надо: это обязанности или необходимые действия, которые могут не приносить удовольствия, но важны для жизни или развития. Например, учить уроки, помогать по дому.

Педагог: я предлагаю вам поиграть в игру «Хочу или надо?». Для этого разделимся на две команды. Командир каждой команды по очереди берёт карточку, на ней будет написано действие *(сделать уроки, гулять на улице, убрать в доме, посмотреть мультфильм и т.д.)*, посовещавшись со своей командой должны будете решить, относится ли это действие к «хочу» или «надо». Если команда правильно определяет категорию, она получает очко. Если команда ошибается, очко получает другая команда.

После того, как карточки закончатся состоится дополнительный раунд. Команды должны придумать свои собственные действия и определить, к какой категории они относятся. Команда, которая придумает больше правильных примеров, получает бонусные очки.

Начинаем игру!

Педагог: молодцы ребята, теперь давайте обсудим, какие действия вызвали наибольшее количество споров и почему? *(ответы детей)*

Педагог: зачастую появляются трудности выбора: когда хочется провести время с друзьями, но нужно закончить домашнее задание, когда хочется пойти на концерт, но нужно помочь родителям по дому. Как вы обычно решаете такие ситуации? *(ответы детей)*

Педагог: а были ли случаи, когда вы выбирали то, что хотели, а не то, что нужно? Поделитесь своими личными историями, когда приходилось делать такой выбор. Как вы чувствовали себя? Какие последствия были от вашего выбора? *(ответы детей)*

Педагог: выбор между «хочу» и «надо» часто бывает сложным, но важно учитывать последствия и находить баланс, который удовлетворяет обе стороны. Например, если хочется пойти на концерт, но нужно помочь по дому, можно предложить помочь родителям в течение недели, чтобы заработать право пойти на концерт.

Педагог: давайте с вами поиграем в игру «Выбор с последствиями».

Перед вами карточки с разными ситуациями выбора *(например, «хочу пойти в кино, но нужно учить стих»)*.

Каждый участник вытягивает карточку и решает, что он выберет. Затем обсудим, какие последствия могут быть от каждого выбора.

А после обсудим результат, как можно было бы найти компромисс в каждой ситуации. Начинаем игру!

Педагог: вы хорошо справились с заданием! А теперь мы с вами отправимся на «остров выбора».

Педагог: для начала на листе ватмана мы с вами изобразим остров. Затем мы разделим его на две части. Теперь вытягивайте из коробки карточки с изображением персонажа, на каждом персонаже написано действие. Определите куда мы его поселим - на часть острова «хочу» или на часть острова «надо». Объясните свой выбор.

Педагог: представьте, что вы действительно оказались на необитаемом острове. У вас с собой есть всего 5 вещей. Что это будет? *(ответы детей)*

Педагог: а сейчас на острове начался шторм, и нужно спасти всего 3 вещи! Какие вещи вы спасёте? *(ответы детей)*

Педагог: ребята, пришло время возвращаться с острова домой. Какие трудности у вас возникли на острове и как вы их преодолели? *(ответы детей)*

Педагог: что нового вы узнали на занятии? Какие выводы сделали? *(ответы детей)*

Педагог: мы обсудили очень важную тему: «Хочу и надо - трудный выбор». Узнали, что «хочу» — это желания, которые приносят удовольствие, а «надо» — это обязанности, которые важны для жизни или развития. Проанализировали ситуации, когда приходится делать выбор между тем, что мы хотим, и тем, что нам нужно. А также научились находить компромисс между «хочу» и «надо».

Спасибо за работу, до новых встреч!

3. Разработки мероприятий по пропаганде здорового образа жизни

3.1 Викторина «Здоровым быть здорово!»



Цель: ознакомить детей с понятием "здоровый образ жизни" и его ключевыми составляющими

Задачи:

– Сформировать у учащихся понимание значимости здорового образа жизни.

– Научить применять полученные знания в повседневной жизни.

– Развивать творческое мышление, память, внимание и познавательный интерес.

Оборудование и материалы: карточки с заданиями, проектор, ноутбук.

Ход занятия

Педагог: здравствуйте, ребята! Наше занятие начинается с важного слова — «здравствуйте». Как вы думаете, почему это слово является значимым? *(ответы детей)*

Педагог: совершенно верно! Слово «здравствуйте» — это пожелание здоровья другому человеку. А здоровье — это самое ценное, что у нас есть. Сегодня мы будем говорить о том, как сохранить этот бесценный дар.

Педагог: а начать нашу встречу я хочу с одной притчи. Слушайте внимательно и постарайтесь понять её смысл.

Притча «Дар богов».

Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали думать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой — «умным», третий — «здоровым». Но самый мудрый из богов предложил спрятать здоровье в самого человека, чтобы он сам его нашёл и сохранил.

Педагог: каков смысл этой притчи? *(ответы детей)*

Педагог: верно! Здоровье — это главный дар, который нужно ценить и сохранять. Сегодня мы поговорим о том, как вести здоровый образ жизни.

Педагог: ребята, а как вы думаете, что вообще такое здоровье? *(ответы детей)*

Педагог: здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Чтобы быть здоровым, необходимо вести здоровый образ жизни. А по каким признакам можно узнать человека, ведущего здоровый образ жизни? *(ответы детей)*

Педагог: правильно, он занимается спортом, правильно питается, соблюдает режим дня и не имеет вредных привычек.

Педагог: послушайте стихотворение, которая подготовила для вас учащаяся нашего объединения и внимательно послушайте о чём же оно.

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

Следует, ребята, знать,
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться —
На зарядку становиться!
Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.
У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день.
Чтобы ни один микроб,
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.
Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты —
Вот полезная еда,
Витаминами полна!
На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!
Ну, а если уж случилось:
Разболеться получилось,
Знай, к врачу тебе пора.
Он поможет нам всегда!

Педагог: итак, о чём же это стихотворение? *(о режиме дня, гигиене, о здоровом образе жизни)*

Педагог: а что такое режим дня и как его нужно соблюдать? *(ответы детей)*

Педагог: это установленный распорядок, который определяет последовательность деятельности человека в течение суток, включая время для работы, отдыха, питания, сна и других важных действий. Соблюдение режима дня помогает организовать жизнь так, чтобы эффективно использовать время и поддерживать здоровье.

Как правильно соблюдать режим дня: составление расписания, чередование труда и отдыха, регулярное питание, достаточный сон, физическая активность, планирование времени на хобби, соблюдение личной гигиены, отказ от вредных привычек.

Исключите из режима действия, которые могут навредить здоровью (например, длительное сидение за компьютером без перерывов).

Педагог: а теперь задание для вас, на листиках составьте для себя правильный режим дня по рекомендациям, которые я вам озвучила. Кто справится быстрее, может представить свой режим нам.

Педагог: молодцы, ребята! Вы отлично справились с заданием! А что для вас значит гигиена? *(ответы детей)*

Педагог: Гигиена — это правила, которые помогают нам быть чистыми, здоровыми и защищёнными от болезней. Простыми словами, это забота о своём теле, окружающей среде и здоровье.

Что включает гигиена?

Чистота тела: нужно каждый день умываться, принимать душ и мыть руки. Руки особенно важно мыть перед едой, после прогулки и после туалета.

Уход за зубами: чистить зубы утром и вечером, чтобы они были крепкими и не болели.

Чистота одежды: надевать чистую одежду и менять её каждый день.

Чистота дома: убирать комнату, проветривать её и следить за порядком.

Правильное питание: есть свежие и полезные продукты, чтобы организм получал нужные витамины.

Защита от микробов: микробы — это маленькие существа, которые могут вызывать болезни. Чтобы они не попадали в организм, нужно соблюдать чистоту.

Педагог: а теперь давайте проверим ваши знания о гигиене с помощью викторины. На листочках отмечайте верные ответы, а затем мы с вами сверимся.

1. Почему важно соблюдать правила личной гигиены?

А) Чтобы не тратить время зря

Б) Чтобы быть здоровым и защищённым от микробов

В) Чтобы не пачкать одежду

Правильный ответ: Б

2. Сколько раз в день нужно чистить зубы?

А) Один раз

Б) Два раза — утром и вечером

В) Три раза — после каждого приёма пищи

Правильный ответ: Б

3. Какую часть тела нужно мыть чаще всего?

А) Ноги

Б) Руки

В) Волосы

Правильный ответ: Б

4. Почему нужно мыть руки перед едой?

А) Чтобы они были влажными

Б) Чтобы убрать микробы и грязь, которые могут попасть в организм

В) Чтобы руки приятно пахли

Правильный ответ: Б

5. Какие предметы помогают нам соблюдать гигиену? (Выберите всё, что подходит)

А) Зубная щётка
Б) Мыло
В) Карандаш
Правильные ответы: А, Б
6. Что произойдёт, если не стричь ногти?
А) Под ними будет скапливаться грязь и микробы
Б) Они станут красивее
В) Ничего страшного не случится
Правильный ответ: А
7. Сколько раз в день нужно принимать душ или ванну?
А) Один раз, а летом — чаще
Б) Только по выходным
В) Когда захочется
Правильный ответ: А
8. Почему нельзя грызть ногти?
А) Это может повредить зубы и занести микробы в организм
Б) Это весело
В) Это помогает быстрее расти ногтям
Правильный ответ: А
9. Что помогает сохранить зрение?
А) Правильное освещение при чтении и письме
Б) Просмотр телевизора в темноте
В) Долгие игры на телефоне
Правильный ответ: А
10. Какие продукты полезны для здоровья? (Выберите всё, что подходит)
А) Овощи и фрукты
Б) Чипсы и газировка
В) Каши и молочные продукты
Правильные ответы: А, В.

Педагог: ребята, вы отлично справились с викториной. Теперь давайте подведём общий итог занятия. С помощью фраз, которые представлены на доске расскажите о занятии. *(Сегодня я узнал...Я понял, что...Теперь я могу...)*

Педагог: спасибо за работу! До новых встреч.



3.2 Дидактическая игра «Здоровый образ жизни»



Цель: содействовать привитию учащимся навыков здорового образа жизни для укрепления физического и психического благополучия.

Задачи:

– Сформировать убеждение в важности поддержания личного здоровья;

– Развить навыки самостоятельного контроля за личной гигиеной и состоянием здоровья;

– Ознакомить с негативным воздействием вредных привычек на здоровье человека;

Оборудование и материалы: картинки с продуктами, карточки с режимом дня, ноутбук, колонки, проектор.

Ход занятия

Педагог: здравствуйте, ребята! Мы все стремимся быть здоровыми, поскольку никто не хочет испытывать боль, лежать в постели или принимать лекарства. Чтобы избежать болезней, важно хорошо понимать себя и свой организм. Это включает в себя знание того, что полезно и что вредно для тебя, а также умение правильно питаться и вести здоровый образ жизни.

Педагог: давайте начнём наше занятие с разминки.

Мы проснулись, мы здоровы
И к работе мы готовы.
Голова наша светла,
Отдохнули до утра.
Мышцы стали все сильнее,
Каждый орган – здоровее.
Нервы крепкие – стальные,
Как пружинки – заводные
Ноги – руки – все в движенье-
Вот и снято напряженье.

Педагог: ребята, для того, чтобы узнать, тему сегодняшнего занятия нам необходимо составить пословицы из двух частей.

- Чистым жить – здоровым быть.
- Где здоровье, там и красота.
- Здоровье – дороже золота.
- Ссора – враг здоровью.
- Болен – лечись, а здоров – берегись.

Назовите общую тему пословиц и тему нашего мероприятия. *(Здоровье)*

Педагог: верно. Сегодня мы поговорим о здоровье, которое является главным достоянием в жизни каждого человека. Наше занятие будет посвящено тому, как сохранить здоровье и какие шаги для этого необходимо предпринять.

Педагог: представьте себе, что наше здоровье – это большое красивое дерево.

Чтобы оно расцвело, и дало сладкие плоды, нам необходимо узнать правила здорового образа жизни.

На слайде корень будущего деревца, на котором написано слово «здоровье».

Педагог: что такое здоровье, ваши предположения?

Здоровье — это истинная красота.

Здоровье — это гарантия долгой и счастливой жизни.

Когда ты здоров, ты всегда весел и успешен во всём.

Здоровье — это сочетание физической силы и умственной ясности.

Самое большое богатство в жизни — это здоровье.

Педагог: а в Толковом словаре Ожегова следующее определение здоровья: правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие.

Педагог: мы с вами ответили на вопрос «что такое здоровье?». Тогда пойдём дальше. Согласны?

Теперь послушайте стихотворение и скажите, о чём оно?

Микробы, хоть очень малы, но опасны.
Об этом, конечно, все знают прекрасно.
Пойду-ка я в ванную перед едой
И руки свои от микробов отмою.
И громко скажу им - все слышали, чтобы -
Давайте, скорее смывайтесь, микробы!"

(Это стихотворение о том, что нужно хорошо мыть руки)

Педагог: верно. Какие сказки про грязнуль вы помните? *(ответы детей)*

Педагог: вспомним сказку «Мойдодыр». Кто её автор? *(Корней Иванович Чуковский)*

Педагог: я предлагаю вам просмотреть отрывок из мультфильма и затем обсудим.

Педагог: для чего животные купаются и чистят своё тело? *(чтобы не было запаха, быть чистыми, чтобы их не обнаружили другие звери).*

Педагог: а зачем моется человек? *(Чтобы быть чистым, вкусно пахнуть, ничем не заболеть).*

Педагог: почему плохо быть неопрятным? *(ответы детей)*

Педагог: у чистоты есть «помощники». Разгадав загадки, вы их узнаете.

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится! *(Мыло)*
Он тягучий, ароматный,
Волосы помыть приятно,
Мылится отлично,
Чтоб выглядеть прилично. *(Шампунь)*
По утрам и вечерам
Чистит, чистит зубы нам,
А днём отдыхает,
В стаканчике скучает. *(Зубная щётка)*

Мы говорим: она течёт;
Мы говорим: она играет;
Она бежит всегда вперёд,
Но никуда не убегает. *(Вода)*

Педагог: ребята, а как вы думаете, откуда появляются микробы на коже? *(от грязи)*

Педагог: а как можно избавиться от микробов? *(ответы детей)*

Педагог: ребята, а какое правило ЗОЖ мы с вами можем сформулировать исходя из нашей беседы? *(Содержи в чистоте тело, одежду, жилище.)*

Педагог: давайте придумаем название для нашей первой веточки? *(чистота – залог здоровья)*

Педагог: следующая веточка здоровья – это правильное питание. Что означает «правильно питаться»? *(ответы детей)*

Педагог: древним людям принадлежат мудрые слова: «Мы едим для того, чтобы жить, а не живем для того, чтобы есть».

Педагог: как вы понимаете это высказывание? *(ответы детей)*

Педагог: давайте с вами поиграем в игру «Полезно, вредно».

Педагог: на столах у вас лежат карточки с различной едой. Необходимо распределить продукты по группам: полезно и вредно. И дать объяснение почему вы сделали такой выбор.

Педагог: давайте сформулируем второе правило ЗОЖ «Правильное питание».

Педагог: ребята, отгадайте загадку:
Живёт в длинноногой избушке
Одна хулиганка-старушка,
У неё костяная нога,
А зовут её … *(Баба Яга)*

Педагог: как вы считаете, почему Баба Яга так плохо выглядит, у неё всё болит? *(ответы детей)*

Педагог: Баба Яга не добрая, а доброта прибавляет людям здоровья. Здоровье тесно взаимодействует с нашими эмоциями, настроением. Так давайте подарим друг другу наши улыбки.

Педагог: как мы назовём следующую веточку? *(«Прекрасное настроение»)*

Педагог: ребята, а чем надо заниматься, чтобы быть здоровым и весёлым? (*ответы детей)*

Педагог: здоровье связано с движением, спортом. Какие виды спорта вы знаете и увлекаетесь*? (ответы детей)*

Педагог: пришло время назвать следующую ветку! *(«Спорт – это жизнь!»)*

Педагог: чтобы мы узнали следующее правило здорового образа жизни, мы посмотрим анимационный фильм «Иван Царевич и табакерка». Внимательно наблюдайте как меняется Иван Царевич.

Педагог: что произошло с Иваном Царевичем из-за курения? (*заболел, похудел, постоянно кашляет, испытывает боли в костях, плохо видит)*

Педагог: а каким он был до того, как начал курить? *(полон сил, энергичен, делал утреннюю гимнастику, отжимался 500 раз, бегал)*

Педагог: курение является разрушительной привычкой. Назовите ещё вредные привычки, которые знаете. *(ответы детей)*

Педагог: эти привычки самые – самые опасные для человека! Поэтому выведем четвёртое правило здорового образа жизни. *(«Нет!!!» Вредным привычкам»)*

Педагог: ребята, поднимите руки те, кто ведет здоровый образ жизни. Все! Сейчас мы это проверим. Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Я задаю вам вопросы, а вы хором отвечаете ДА или НЕТ.

- Регулярно чистить зубы?
- Побольше смотреть телевизор?
- Соблюдать режим дня?
- Делать зарядку по утрам?
- Кушать много сладкого?
- Гулять на свежем воздухе?
- Кушать овощи и фрукты?
- Мыть руки перед едой?
- Пить с товарищем из одного стакана?
- Заниматься спортом?
- Употреблять алкоголь и курить?
- Сидеть за партой ровно?

Педагог: я вам верю, вы правильно ответили на все вопросы. И наше деревце зацвело.

Педагог: ребята, теперь выскажите своё мнение. Что вы узнали сегодня? Что поняли? Что вам захотелось? Что такое здоровье? *(ответы детей)*

Педагог: желаю вам сохранить здоровье на долгие-долгие годы, ведь здоровье – главное богатство для каждого человека. Спасибо вам, ребята, за работу!

3.3 Командная игра «Здоровый выбор»



Цель: воспитание ценностного отношения к собственному здоровью, стремления к здоровому образу жизни, укрепление здоровья школьников путём применения комплексного подхода к обучению здоровью.

Задачи:

— сформировать элементарные представления о единстве различных видов здоровья: физического, нравственного, социально-психологического; понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;

— воспитывать стремление к сохранению своего здоровья, соблюдению режима дня, правильного питания;

— развивать самостоятельность, познавательные интересы, творческие возможности, ответственность за сохранение своего здоровья;

— формировать потребность в соблюдении правил личной гигиены, режима дня, здорового питания.

— воспитывать стремление к здоровому образу жизни, отвращение к вредным привычкам.

Материалы и оборудование: карточки, наглядный и дидактический материал.

Ход занятия

Педагог: здравствуйте, ребята. Перед началом нашего занятия, я бы хотела, чтоб вы послушали притчу «Всё в твоих руках». «Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мертвая или живая?» А сам думает: «Скажет живая - я ее мертвлю, скажет мертвая – выпущу». Мудрец, подумав, ответил: «Все в твоих руках».

Педагог: как вы думаете, что таким образом хотел сказать мудрец? *(ответы детей)*

Педагог: по-моему, наше здоровье тоже в наших руках. Мы сами решаем какой образ жизни нам вести. Но сегодня я хотела бы проверить, насколько хорошо вы знаете как вести здоровый образ жизни.

Педагог: наше занятие будет проходить в игровой форме. Давайте изучим правила. На каждом этапе игры будут свои правила, поэтому мы ознакомимся только с общими. *(Надо соблюдать тишину. Внимательно слушать задания. Не приступать к заданиям без сигнала ведущего)*

Педагог: а кто сможет рассказать, что же такое здоровый образ жизни? *(ответы детей)*

Педагог: ЗОЖ - образ жизни, направленный на сохранение здоровья, включает в себя профилактику заболеваний и укрепление организма. Более 60% здоровья человека зависит от его повседневных привычек, таких как питание, физическая активность, уровень стресса и отказ от вредных привычек.

Здоровый образ жизни предполагает не только физическое, но и ментальное благополучие, отказ от курения и алкоголя, сбалансированное питание, регулярные физические упражнения и занятия спортом.

Исследования подтверждают, что такой образ жизни может существенно увеличить продолжительность жизни. Например, в Германии было обнаружено, что здоровый образ жизни после 40 лет может добавить 13-17 лет к ожидаемой продолжительности жизни. Аналогичное исследование в США показало, что после 50 лет здоровый образ жизни может увеличить ожидаемую продолжительность жизни на 12-14 лет.

Педагог: наша игра поможет вам понять, как вести здоровый образ жизни. Чтобы сделать участие более увлекательным, вы будете разделены на команды.

Первый этап нашей игры посвящен «Здоровому питанию». Основой здорового питания является потребление разнообразной растительной пищи, богатой веществами с антиоксидантными и противовоспалительными свойствами. Эти вещества способствуют предотвращению тромбообразования, регулированию артериального давления, нормализации уровня глюкозы в крови и липидного профиля, а также улучшают состояние сердечно-сосудистой системы

Педагог: начнём нашу игру и вот первое задание для команд. У вас на столах лежит список продуктов, разделите их на 2 столбика вредные и полезные. За это задание команда победитель получает один жетон. Времени на выполнение даётся 5 минут. *(Чипсы, картофель Фри, капуста цветная, шпинат, бургеры, чеснок, хот-доги, колбаса, консервы, лук, лапша и пюре быстрого приготовления, майонез, баклажан, картофель, кетчуп, шоколадка, яблоки, леденцы, сладкие газировки, соки)*

Педагог: отлично, ребята! Я вижу, что вы знаете толк в полезных продуктах.

Педагог: приступим ко второму заданию. Вам необходимо составить список продуктов, которые вы считаете полезны самостоятельно. Время на это задание даётся 6 минут.

Два жетона получит та команда, которая составит список длиннее и правильнее. Но также команды могут получить дополнительную звезду за командную работу. Приступаем к заданию!

Педагог: вы отлично потрудились! Последним заданием на этом этапе будет небольшая проверка вашей внимательности. Команды должны встать, я буду называть продукт, а вы, если этот продукт полезный, хлопайте в ладоши, а если вредный, топайте ногами.

В этом задании команда, которая ни разу не ошибётся, получит 3 жетона. *(Орехи, яйца, Кириешки, яблоко, майонез, бургер, картофель, свекла, консервы)*

Педагог: вы отлично справились с первым этапом, а теперь время второго этапа игры «Физическая активность».

Педагог: ребята, а что такое физическая активность? *(ответы детей)*

Педагог: Занимаясь физической активностью и спортом, люди реже сталкиваются с такими заболеваниями, как сердечно-сосудистые и

онкологические. Кроме того, они чаще имеют здоровый вес и оптимальный состав тканей. Это подчеркивает важность спорта в поддержании здорового образа жизни.

Педагог: первое задание включает в себя разработку комплекса упражнений для утренней зарядки. При оценке будут учитываться количество упражнений, их последовательность и другие факторы. На выполнение задания отведено 5 минут. Победившая команда получит 2 жетона, и мы вместе попробуем провести разработанную зарядку.

Педагог: второе задание - это составление режима дня. Режим дня – это как мы проводим день, что делаем утром, днём и вечером. Правильный режим дня для здорового образа жизни включает в себя сбалансированное чередование различных видов деятельности, таких как сон, питание, физическая активность и отдых. Та команда, которая правильнее и подробнее составит режим дня, получит 3 жетона.

Педагог: время подводить итоги. Поздравляем команду победителей.

Педагог: о чём мы говорили на этом занятии? Что вызвало у вас трудности? А что получилось лучше всего? *(ответы детей)*

Педагог: конечно, мы не охватили все аспекты здорового образа жизни, но мы вспомнили основные моменты и узнали что-то новое. Надеюсь, что эти знания вдохновят вас на ведение здорового образа жизни.

Спасибо за работу!

Информационные источники

1. https://infourok.ru/stihi-o-gigiene-ruk-6849987.html
2. http://rpp.nashaucheba.ru/docs/index-160029.html
3. http://www.zdorovajaplaneta.ru/poslovicy-i-pogovorki-o-zdorovje/
4. https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2017/11/19/konspekt-zanyatiya-po-zdorovomu-obrazu-zhizni
5. http://beauty-in-health.net/stihi/stihi-o-zdorove-dlya-detej/
6. http://allforchildren.ru/kidfun/riddles_bath.php
7. http://rupoem.ru/chukovskij/robin-bobin-barabek.aspx
8. http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/stsenarii-prazdnikov/2012/12/08/vneklassnoe-meropriyatie-pitanie-radi-zhizni
9.http://primwiki.ru/index.php/%D0%A1%D1%82%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%BE_%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B8
10. http://infourok.ru/intellktualna_igra_esli_hocheshb_byt_zdorov-564574.htm
11. https://docviewer.yandex.ru/?url=ya-serp%3A%2F%2Fshkola-1.ucoz.net%2Fdoc%2Fbuklet_sport_molodost_zdorove_5_b_klass.doc&lang=ru&c=557df3202319
12. Бацкалева В. В., Забегайлова И. В. Духовно-нравственное воспитание дошкольников: учебно-методическое пособие. Москва: Изд-во Православного Свято-Тихоновского гуманитар. ун-та, 2021. – 190 с
12. Таценко Е. В., Курлаева Е. А., Заводовская О. В. Формирование нравственных качеств у детей старшего дошкольного возраста средствами художественной литературы. Интерактивная наука. – 2023. – № 7 (83). – С. 37–39