

МАУДО ЦРТДЮ «Искра» г. Орска»
Информация о проведении
информационного часа «Секреты здоровья».

4 февраля на базе школы № 52 прошел информационный час на тему «Секреты здоровья». Участие в программе приняли обучающиеся 6-х классов. Охват составил 42 человека.

В ходе мероприятия ребята разобрались, что же полезно, а что вредно для человеческого организма. В результате обсуждений дети сделали вывод, что здоровье для человека – самая главная ценность. Также ребята окунулись в далекое прошлое и проанализировали, каким был образ жизни на Руси, как отдыхали наши предки, и в какие подвижные игры играли. Самых активных участников пригласили в центр класса и провели с ними небольшую проверку «Спичечный турнирок», где ребятам предлагалось пронести спичечный коробок сначала на голове, носу, плече, ноге.

Ребятам предлагалось собрать пословицы, сбив кегли с цифрами. Цифра – порядковый номер слова в пословице, его они обменивали у ведущего на слово в пословице. Слова, которые не смогли сбить, команды додумывали сами.

В ходе обсуждения данной пословицы «Если не бегаешь пока здоров, придется побегать, когда заболеешь», ребята пришли к выводу, что важным правилом для поддержания здоровья является – движение, что подтвердили небольшой физической разминкой «Передай мяч соседу».

В завершении программы, был проведен экспресс-тест «Как вы относитесь к своему здоровью»: ответы демонстрировали на ладони, сжатая в кулак ладонь показывала, что самочувствие под угрозой, открытая ладонь – показатель здорового образа жизни. В завершении программы ребята составили коллективный рецепт здоровья.

