Здравствуйте ребята! Сегодня мы с коллегой проведем у вас не совсем обычный урок. Предлагаем вам отправиться в путешествие по тропе здоровья и как у настоящих туристов наш маршрут будет состоять из нескольких привалов, где вы сможете проявить свою смекалку, находчивость, полученные знания.

А начать наше путешествие мы хотим с притчи:

Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать: каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». А один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. И самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать………*.»*

А вот здесь я остановлюсь, пусть это будет нашей интригой. В конце нашего пути вы ответите, куда же один из мудрых богов посоветовал спрятать здоровье?

**I. Разминка**

А теперь мы отправляемся в дорогу для этого нам нужно собрать рюкзак. Итак, что мы возьмем с собой. Давайте отберем нужные нам предметы, название которых написаны на карточках. Вам нужно выбрать 15 необходимых вещей.

Молодцы, все верно, а теперь я должна проверить достаточно ли вы физически готовы, для того чтобы преодолеть путь. Отлично, к путешествию вы готовы. Наш путь от привала до привала будем проходить, выполняя разные задания. Итак, я провожаю вас в путь, а пойдете вы шагом в приседе руки на коленях.

**II. Безопасность**

Молодцы, первый отрезок пути преодолели. Пока вы отдыхаете, давайте вспомним правила безопасности.

**Задание:** Нужно указать те правила безопасности, которые нарушили сказочные герои.

**ПДД**

1.Какое правило нарушил Кай из сказки «Снежная королева»? (Не цепляться за транспорт).

2. Какие правила ДД нарушал волк из мультфильма «Ну, погоди!» В этом мультфильме волк катался на самокате по дороге и бегал за автобусом и машиной.

**Пожарная безопасность**

1. Давайте вспомним сказку «Кошкин дом».

- Что случилось в этой сказке? (У кошки сгорел дом)

- Как вы думаете почему? (У кошки были гости, они веселились, оставили дверцу печи открытой, огонь попал на ковер прожег его, пополз по занавескам и возник пожар)

- Кто помнит отрывок из этой сказки? (… рассказывает отрывок: «Тили – бом, тили – бом, загорелся кошкин дом, кошка выскочила, глаза выпучила, бежит курочка с ведром, а собачка с помелом)

- Кошка выскочила, глаза выпучила, почему? (Она растерялась, испугалась)

- А кто не растерялся? (Курица, она взяла ведро воды заливать пожар)

- А можно ли еще чем – то затушить огонь? (Можно засыпать песком, землей)

- А что же должна была сделать кошка, когда обнаружила пожар? (Позвонить по телефону 01, 112 и вызвать пожарных)

- И что не забыть сказать? (Назвать точно адрес, где и что горит).

2. Что сделали лисички в сказке «Путаница»?

**Безопасное поведение**

1.Какого правила безопасности не знала царевна из сказки А.С.Пушкина «Сказка о мертвой царевне»? (Не брать угощение у незнакомых людей).

2. Какую ошибку совершила Красная Шапочка? Она разговаривала с тем, кого она не знает и рассказала незнакомому то, где живет ее бабушка, а именно - местожительство тем самым получился неприятный исход событий.

3. О чем забыла девочка в сказке «Гуси-Лебеди»? Маленьких детей нельзя оставлять одних.

4. Какое правило нарушили козлята в сказке "Волк и семеро козлят"? Они открыли дверь незнакомцу, не убедившись, что там за дверью действительно их мама, и волк съел их.

5. О чем забыл Буратино в сказка "Золотой ключик"? Буратино доверился совершенно незнакомым "людям" - Лисе Алисе и Коту Базилио, пошел с ними в харчевню, заплатил за них. Потом на него напали разбойники, которые его долго пытали и повесили вниз головой. И даже после всего этого Буратино вновь пришел к Коту и Лисе, поверил в их разговоры о поле чудес и закопал там деньги.

Нарушил основное правило: не разговаривать с незнакомцами, тем боле не рассказывать, что у тебя есть деньги. Ну и второе: вкладывать деньги без договора, не проверив все предварительно, а поверив только на слово.

Последствия: остался без денег, попал в полицию, чуть не погиб.

6. Почему пострадал Колобок? Без спросу из дома убежал, по чужому лесу гулял, много встретил незнакомцев Поддался на лесть и был съеден. Сидел бы дома, и ничего бы с ним не случилось.

**Гигиена и питание**

1. Что случилось с братцем Иванушкой? («Сестрица Аленушка и братец Иванушка» - нужно слушаться старших).

2. Какое правило безопасности нарушила Алиса? “(нельзя пробовать незнакомые вещества и лекарства, можно отравиться).

Алиса отворила дверцу: там был вход в узенький коридор, чуть пошире крысиного глаза…Так или иначе, сидеть перед заветной дверцей было совершенно бесполезно, и Алиса вернулась к стеклянному столику, смутно надеясь, что может быть, там все-таки найдется другой ключ или, на худой конец книжка “Учись складываться”. Ни того, ни другого она не нашла, зато обнаружила хорошенький пузырек, к горлышку которого был привязан ярлык, как на бутылочке с лекарством. А на нем большими буквами было четко напечатано: “Выпей меня”.

3. Какое правило личной гигиены не соблюдал герой сказки «Мойдодыр» и к чему это привело?

4. В чем заключалось Федорино горе?

**Безопасность в быту**

- Что приключилось в сказке «Спящая красавица»?

 (Принцесса не послушалась запрета короля, укололась веретеном и уснула вечным сном)

- Давайте вспомним, какие опасные предметы вы знаете? (Пила, топор, молоток, нож, иголки, кнопки, таблетки, шприц, градусник)

- Посмотрите, у меня на столе много всяких предметов. Посмотрите, какими предметами нельзя пользоваться без взрослых? (Пила, молоток, отвёртка, гвозди, таблетки, шприц, порошки)

- А какими предметами можно пользоваться с осторожностью? (Нож, вилка, игла, ножницы)

- Для безопасности все эти предметы надо убирать на свои места. Разложите их.

Инструменты (В ящик)

Таблетки (В аптечку)

Иголки, нитки (В шкатулку)

**Безопасность на природе**

«На реке родной не будь дурной.»
На столе в беспорядке лежат: лыжная палка, солнцезащитные очки, веревка, зонт, деревянная палка, маска и трубка для плавания, грелка, надувной круг.
- Какие вещи вы взяли бы с собой при переходе через реку по льду?

Какие же вы молодцы, справились со всеми заданиями. Теперь можете отправляться дальше в путь и двигаться будете не простым шагом, а «каракатицей».

**III. Автономное существование**

**1. Устанавливаем палатку.**

- Кто быстрее? (участники должны по очереди продвигаться ползком, первый становится в конце палатки, а второй продолжает продвигаться вперёд и так далее)



**2. КОСТРЫ ПО КАРТИНКАМ**

**3. УЗЛЫ ВЯЗАТЬ**

Ну что же, ребята, все отдохнули пора снова в путь, теперь вы идете из упора лежа приставляя ноги и руки,

**IV. Медицина**

**Эстафета «Перенос пострадавших».**

Ведущий: В походе нередко участники получают травмы. Но оставлять в беде своего друга нельзя. Представьте, что ваш товарищ упал, сильно ударился, идти он не может. Вам необходимо ему помочь.

Мы умеем переносить пострадавшего на замке из рук. Команду поделим на «пострадавших» и «спасателей» (2 группы). Чья команда быстрей донесет пострадавших до больницы? (Участники стартуют, обходят фишку, возвращаются и передают эстафету.)

**Решение задачи «Медицинская помощь без взрослых».**

В каждом доме есть хотя бы аптечка. Конечно, без разрешения взрослых ее трогать нельзя. Но иногда помощь нужно оказать, а взрослых рядом нет. Что делать? Детям предлагается решить тест, ответы выбирать и проставлять номер правильного ответа с номером вопроса.

1. Какое средство из аптечки вы выберете, если человек упал в обморок?

2. Каким образом вы остановите сильное кровотечение?

3. Какое средство из аптечки вы выберете, если порезались? (Рану нужно продезинфицировать, кровь остановить).

4. Какое средство из аптечки вы выберете, если при падении получили ссадину, а рану нужно обработать?

5. Какое средство из аптечки вы выберете, если сильно заболел зуб или голова?

**На каждую букву этого слова напишите слова, относящиеся к тому, что делает человека здоровым.**

|  |  |
| --- | --- |
| **З****Д****О****Р****О****В****Ь****Е** | *Задор**Движение**Оптимизм, образ жизни**Радость**Образованность**Восторг**-----------**Единство души и тела* |

Молодцы, продолжаем движение по нашей тропе здоровья прыжками в приседе.

**V. Питание**

**«Вынеси из дома вещества, которыми можно отравиться».**

Эти вещества есть в каждом доме. Но при неправильном хранении и применении они могут представлять опасность для человека. С какими веществами нужно быть предельно осторожными?

Карточки со словами лежат на полу лицевой стороной вверх. Команда должна вынести 6 карточек.

**Викторина «Сядь на пенек, съешь пирожок».**

Ведущий: В поход собираться нужно заранее, главное правильно запастись продуктами. Ведь там, в лесу или у реки не будет магазина и холодильника. Продукты должны быть калорийными и не скоропортящимися. Иначе можно сильно отравиться.

Командам предлагается (на листах) набор из 23 продуктов, нужно выбрать продукты, пригодные для дальних походов, и отметить их галочкой.

Впереди последний привал и к нему нужно двигаться приставными шагами правым боком.

**VI. Игры**

«Море спокойно, море волнуется». «Обгони мяч».

Ну что ж ребята вернемся к нашей притче, скажите: куда же один из мудрых богов посоветовал спрятать здоровье? (Ответы детей). Совершенно верно. А как мы можем сохранить и приумножить здоровье, а как можем погубить (ответы детей).

Наше путешествие подошло к концу, нам очень понравилось путешествовать с вами, потому что вы физически развиты, очень многое умеете, знаете правила безопасности. В конце нашего путешествия мы хотели, чтобы каждый из вас продолжил фразу: «Мне сегодня…..

А сейчас предлагаем вам расслабиться и потанцевать после нашего путешествия. Надеемся, что наш флеш-моб добавит вам хорошего настроения.

Максимум спорта, максимум смеха!

Так мы быстрее добьемся успеха!

Мы ребята боевые,

И играем лучше всех,

Нашу сборную команду

Ждут победы и успех.

Ни шагу назад!

Ни шагу на месте!

А только вперед!

И только все вместе!

Ловкие, смелые, бездна ума,

Мы побеждаем везде и всегда!

Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды.

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы все мы жили дружно.

Не унывать!

Все пройти, и все узнать!