**КГБОУ "Заринская общеобразовательная школа-интернат"**

**Воспитательное мероприятие**

**«ЖИТЬ ЗДОРОВО.**».

**8 класс**

Выполнила:

воспитатель Переверзева Н. И.

 г. Заринск 2022

**Тема: ЖИТЬ ЗДОРОВО.**

**Цель:** дать четкое представление о том, что здоровье завис от человека, что

 за здоровьем можно и нужно следить. Его надо беречь, охранять и поддерживать. Добиться у учащихся активной позиции по данной проблеме. Формирование у школьников чёткого представления о последствиях вредных привычек.

**Оборудование**:

плотные повязки на глаза, мешочек и различные предметы.

Скакалка, резиновые перчатки, большие ботинки, книга. Осколочные картинки в форме сердца, 2 шприца( №10, №20), система для переливания крови (2 трубочки), раствор слабой марганцовки.

Соль, сахар, банка с водой, ложка, кусочек хлеба, блюдце, бумажная салфетка. Баночки пустые, наполнители. Ватные шарики.

Наушники,

 **ХОД ЗАНЯТИЯ.**

-Добрый день, дорогие друзья!

Сегодня вы присутствуете на занятии, которое пройдёт под девизом «Жить здорово»! Как вы понимаете это выражение? (ответы детей)

Всё самое интересное вы сейчас увидите. А начнём мы с игры, которая называется «Слепой поводырь».

Цель: ориентировка в пространстве с завязанными глазами по инструкции напарника.

Вед: что вы испытываете в таком состоянии? (неуверенность ,страх, боязнь упасть, натолкнуться на предмет или человека)

Вед: глаз человека удивительный дар природы. Он способен различать тончайшие оттенки и мельчайшие размеры, хорошо видеть днём и даже в сумерках. Стоит только закрыть глаза, как ты окажешься в темноте. Будешь слышать звуки, ощупывать предметы, чувствовать их холод и тепло. Но ты не будешь видеть. И если не дай бог случиться такой недуг, то к какому специалисту нужно обратиться? (к окулисту)

Правильно. (выходит окулист)

Окулист: (работает по схеме) Наш глаз похож на яблоко. Он надёжно спрятан в глубокую норку (глазницу). Повернитесь и посмотрите в глаза друг другу. Что можно обнаружить в глазу, рассматривая его? Цветное колечко-это радужная оболочка или радужка. От неё зависит цвет глаз. Радужку покрывает прозрачная тонкая оболочка-роговица. В центре глаза видим чёрную точку-это зрачок. Он регулирует количество света. Яркий свет-зрачок сужается, слабый - расширяется. Внутри глаза находится хрусталик, а на задней стенке сетчатка. Лучи света проходят через зрачок и собираются на сетчатке глаза. Дальше по нервам сигналы передаются в мозг, и человек видит то, на что смотрит. Глаз устроен из очень нежных тканей. Что придумала природа, чтобы его защитить, посмотрите друг на друга? (веки, ресницы, брови, слёзы).

Игра «Чудесный мешочек» Цель: коррекция тактильного восприятия.

Вед: спасибо за интересную информацию. Какой мы сделаем вывод?

(ТАБЛИЦА НА СЛАЙДЕ)

2Вед: прежде чем встретить следующего специалиста, выполним упражнение.

«Прыжки через скакалку», «Полистай книгу».

-Что испытываете при передвижении, манипуляциях?(неудобство, неловкое ощущение от того, что конечности не слушаются).

-Как вы думаете, почему вы испытывали трудности?

Главный орган «управления» человеком - это мозг. Он похож на очищенный орех. Наш мозг мягкий, природа придумала ему надежную защиту-череп.

-Как называют специалиста, который разбирается в такой сложной области? (невропатолог).

Правильно, сейчас он подробнее расскажет об этом.

Невропатолог: в мозге находятся извилины. У мозга много работы. Для того, чтобы мозг управлял нашим организмом, от мозга ко всем частям тела тянуться провода-нервы, они передают сигналы: что делать, что не делать, говорить или молчать, куда смотреть .Когда на уроке нужно сидеть тихо и спокойно, вы можете дать себе команду и ноги, руки вас послушаются. При помощи нервов – проводов сигналы от глаз, ушей, носа передаются в мозг и мы чувствуем свет и цвет, вкус и запах, горячее и холодное и т.д. Нервов – проводов очень много, их окончания выходят на всю поверхность тела. Все они образуют вместе с мозгом нервную систему человека. Например, укол иголкой, горячий утюг. – Что вы ощущаете при этом?

- Правильно, ощущение боли быстро поступит по нервам в мозг, и вы быстро одёрните руку.

1 Вед: я предлагаю собрать «осколочную картинку».

- Символ какого органа у вас получился? (Сердце)

- Приложите руку в область сердца, что вы слышите, что это значит? (Сердце качает кровь)

Сердце один из самых главных органов человека. Сердце как насос, перекачивает кровь по кровеносным сосудам, по рукам, ногам, внутренним органам, в мозг. А кровь питает наш организм нужными для поддержания жизни веществами, кислородом.

- К кому мы обращаемся, если почувствуем боль в сердце? (кардиолог)

- Молодцы, встречаем кардиолога, который наглядно покажет как работает сердце.

Кардиолог: сердце очень тесно связано с чувствами, переживаниями человека. Если человек испытывает радость, любовь, интерес, его сердце работает активнее, оно лучше снабжает организм полезными веществами, тем самым улучшает его самочувствие. Когда человек боится, страдает, завидует, ненавидит, его сердце замирает, сжимается, работа сердца ухудшается, поэтому человек чувствует себя хуже, эти переживания приносят вред организму.

- Что ещё важно соблюдать, чтобы сердце было сильным и здоровым? (физкультура, питание, прогулки, закаливание, нельзя переутомляться и переедать).

Опыт: «Сильное – слабое сердце»

1 Вед: За какой орган отвечает наш следующий специалист?

Гастроэнтеролог: Где находится «кастрюля» в организме, которая кормит человека?

Какие органы человека участвуют в пищеварительной работе?

Работа со схемой: Сначала пища оказывается во рту, где зубы её измельчают, язык переворачивает, а слюна смачивает. Затем она попадает в горло, потом в пищевод, и наконец в желудок. Желудок похож на небольшой мешок в котором находится желудочный сок. Желудочный сок растворяет, а стенки желудка впитывают пищу. Предлагаю провести опыт.

Опыт: «Как работает желудок»

Цель: Показать способность желудка растворять и впитывать различные вещества.

2 Вед. Для чего человеку нос? (дышать, определять запахи).

Упражнение: «Определи, что находится в каждой из баночек».

Цель: Определить по внешним признакам содержание баночек (вода, духи, лекарство и т.д.). При затруднении, определить по запаху.

Вывод: Нос (обоняние) помогает точно определить предмет.

-Если заболит нос, к какому врачу надо обратиться? (пульмонологу).

Выходит пульмонолог.

-Здравствуйте ребята. Скажите, какую вторую функцию имеет нос? (дыхание).

Работа со схемой (дыхательная система)

-Воздух проходит в организме человека длинный путь. Сначала воздух попадает в нос. После этого он спускается в горло, в дыхательную трубочку под названием трахея. Затем его путь лежит через бронхи, и в конце концов воздух попадает в лёгкие. Лёгкие можно сравнить с воздушными мешками или шариками.

-Сейчас я с вами проведу упражнение «Много ли в лёгких воздуха»

Цель: показать необходимость выполнения упражнений, увеличивающих объём лёгких. (подуть на ватные шарики)

Вывод: у более тренированных детей результат будет впечатляющим.

1Вед: А сейчас ребята поиграем в игру, которая называется «Определи по звуку» (часть детей в наушниках)

Цель: коррекция слухового восприятия.

-Какой орган вам помогал определять предмет? Что вы испытывали в наушниках? (недоумение, недопонимание, раздражение, злость и т. д.)

-Если вдруг мы начинаем чувствовать, что у нас проблемы со слухом то обращаемся к отоларингологу.

Отололаринголог: Наше ухо-это очень сложный инструмент. Ухо состоит из ушной раковины в виде морской раковины не для красоты, а чтобы лучше слышать. Она улавливает звуки. Между наружным и средним ухом натянута очень тонкая, упругая, эластичная барабанная перепонка. В среднем ухе находятся три очень важные косточки: молоточек, наковальня и стремечко, а также специальная труба, соединяющая среднее ухо с носом и горлом. Во внутреннем ухе находится особая улитка, которая отправляет сигналы в наш мозг. Например: раздаётся звонок в дверь, уши воспринимают этот сигнал и отправляют его в мозг, который командует подойди к двери, посмотри в глазок и открой дверь. Вот так человек слышит. Зачем человеку два уха? (чтобы точно определить, откуда идёт звук, при этом не вертеть головой).

Игра «Кто позвал?». Цель: коррекция слухового восприятия.

Вывод: Что нового узнали? Что понравилось больше всего?

Схемы и таблицы прилагаются. Рекомендации, профилактика и лечение на слайдах.

Литература:

1. Журнал "Последний звонок" №1, 2021

2. Журнал " Педсовет" №7, 2021

3. Интернет-ресурсы