

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

«РОСТОВСКИЙ-НА-ДОНУ КОЛЛЕДЖ СВЯЗИ И ИНФОРМАТИКИ»



ОЛЕЙНИКОВА
Ольга Николаевна

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

***Внеаудиторного мероприятия
«Своя игра»***



г.Ростов-на-Дону

2017 год

Пояснительная записка

Здоровье – неоценимое богатство в жизни любого человека. Каждому присуще желание быть сильным и здоровым, как можно дольше сохранять подвижность, бодрость, энергию и стремиться к долголетию.

Литературная игра - это эффективная форма контроля знаний и умений студентов. Их привлекает творческий характер заданий, неформальная обстановка, возможность проявить себя в новом качестве, реализовать навыки, полученные в период изучения того или иного этапа развития русской литературы.

Цель мероприятия:

Обучающая: Сформировать знание основных постулатов здорового образа жизни.

Развивающая: развивать творческие способности, память, внимание, познавательный интерес.

Воспитательная: воспитывать ответственное отношение учащихся к своему здоровью.

Задача мероприятия:

Сформировать потребность в здоровом образе жизни.

Психолого-педагогическая технология:

Игровая, включающая элементы контроля.

Оценка знаний осуществляется по бальной системе

Результат мероприятия:

Через литературу и другие составляющие компоненты ЗОЖ у студентов должно выработаться желание вести здоровый образ жизни



Ход мероприятия и правила игры

1. Участники: 3 команды игроков по 3 человека (возможно больше)
2. Ведущий: преподаватель и студенты-ассистенты
3. Жюри: состав произвольный.

Вступительное слово

1. В игре участвуют три команды, которые, пользуясь схемой, указанной ниже, выбирают тему вопроса и его стоимость.
2. Игру начинает команда, которую выберет ведущий.
3. В случае правильного ответа команда получает количество баллов, соответствующее стоимости вопроса и право выбора следующего вопроса, если ответ неверный, команда набирает 0 баллов, право выбора переходит к другой команде.
4. После выбора вопроса право ответа имеет любая команда, знающая ответ.
5. Если команды вообще не дают ответа, то его объявляет ведущий, а вопрос вновь выбирает последняя выбиравшая команда.
6. Время на обдумывание: 15 секунд.
7. В игре встречается сектор: «Кот в мешке»: вопрос должен быть передан любой другой команде;
8. Команда, набравшая наибольшее количество баллов, побеждает.
9. Отвечать на вопросы можно только после прочтения вопроса ведущим, иначе команда теряет право ответа.

Раунд продолжается до тех пор, пока в нём не будут разыграны все вопросы, либо пока не истечёт отведённое для него время — 10 минут.



Раунд 1

Личная гигиена:

100: Сколько раз в день нужно чистить зубы? (2 раза (утром и вечером))

200: Тому, кто начинает каждое утро с этого действия, надо в два раза меньше времени, чтобы собраться и настроиться на рабочий лад. Что за действие? (Утренняя зарядка)

300: Что способствует закаливанию организма? (солнце, воздух, вода)

400: Что необходимо принимать перед сном ежедневно, а в жаркую погоду — утром и вечером? (душ)

500: Выработке у сосудов кожи и нервной системы способности быстро реагировать на смену температуры помогает не только плавание в проруби, но и это традиционное русское средство. (русская баня)

Питание:

100: В каких единицах измеряется энергетическая ценность пищи? (калории)

200: Продукт из фруктов, который рекомендуется выпивать за 30 минут до еды (*Фруктовый сок*)

300: Такая вода представляет собой сложный комплекс солей, макро — и микроэлементов. Не зря ее называют также «живой водой». (Минеральная вода)

400: Почему весной яблоки далеко не так полезны, как осенью? (от долгого хранения витамины в них разрушаются)

500: Что выращивали на аптекарских огородах России в 18 веке? (Лекарственные травы)



Пословицы:

100: Здоровье не купишь - ... (*Его разум дарит*)

200: Здоровье дороже денег, здоров буду и ... (*Денег добуду*)

300: Кто не курит, кто не пьет, тот (*Тот здоровье бережёт*)

400: Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял - многое потерял, здоровье потерял - (*Всё потерял*)

500: Живи с разумом, так и(*Лекарств не надо*)

Азбука жизни:

100: Какие вещества обязательно надо употреблять, если вы испытываете утомление, упадок сил особенно весной (*витамины*)

200: витамин роста, помогает нашим глазам сохранить зрение. Найти его можно в молоке, моркови, зеленом луке. (*Витамин А*)

300: Витамин, который вырабатывается в организме человека только под воздействием солнечных лучей. (*Витамин D*)

400: Как по-другому называют витамин С (*Аскорбиновая кислота*)

500: Название каких лекарств образовано от латинского слова «жизнь». (*витамины, vita (лат.- жизнь))*

Здоровые цитаты:

100: Назовите автора данных слов.

Подсказка: писатель XIX века, автора известного романа-эпопеи

«Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно». (Лев Николаевич Толстой (1828 — 1910) — русский писатель, мыслитель)

200: Автор этого афоризма писатель, получивший профессию врача.

«Даже болеть приятно, когда знаешь, что есть люди, которые ждут твоего выздоровления, как праздника» (А.П. Чехов (1860-1904) — великий русский писатель и врач)

300: Какому древнегреческому философу принадлежат слова:

«Ум возрастает, пока имеется здоровье, забота о котором — прекрасное дело для людей здравомыслящих». (Демокрит (460 — 370 до н.э.) древнегреческий философ)

400: Какому персидскому поэту принадлежат эти слова:

Жизнь пронесется, как одно мгновение,

Ее цени, в ней черпай наслаждение.

Как проведешь ее — так и пройдет,

Не забывай: она — твоё творенье.

Чтоб мудро жизнь прожить, знать надобно немало.

Два важных правила запомни для начала:

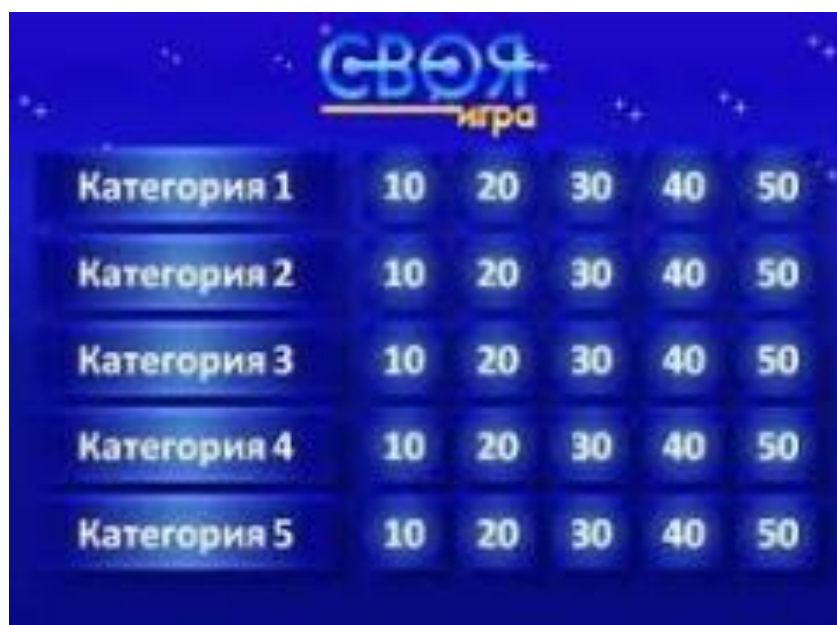
Уж лучше голодать, чем что попало есть,

И лучше одному, чем вместе с кем попало.

(Омар Хайям (1048 — 1122) — персидский поэт, философ, математик, астроном, астролог)

500: Кому из русских учёных-филологов принадлежат слова:

«Главное, от чего зависит физическое здоровье, — здоровье нравственное..., чтобы сохранить своё здоровье, думай о здоровье других» (Дмитрий Сергеевич Лихачёв (28 ноября 1906 - 30 сентября 1999 года) советский и российский филолог, культуролог, искусствовед).



Используемая литература

1. В.Даль «Пословицы русского народа». –М.: Изд-во Эксмо, 2012.
2. Д. Локсин «Стратегия здорового образа жизни. Простые решения для вашего здоровья!». –Ростов-на-Дону.: изд-во Феникс, 2010.
3. И.А.Елисеев, Л.Г. Полякова «Крылатые слова: Литературные цитаты, образные выражения». –Ростов н/Д: изд-во Феникс, 2014.
4. Интернет-ресурсы www.litmir.me



