

* «Фуд челендж» Тиждень перший «Весело про їжу»
ПИСАРІВСЬКИЙ ЗЗСО І-ІІ СТУПЕНІВ ЛУГАНСЬКА ОБЛАСТЬ

Результати початкового опитування, учнів 85 чол

1. А-70% Б-30%
2. А-65% Б-35%
3. А-100%
4. А-70% Б-30%
5. А-100%
6. Б-100%
7. А-100%
8. А-100%



* Квест «Здорове харчування - запорука здоров'я»

* для учнів 1 - 4 класів

- * **Мета:** сприяння отриманню учнями знань про поняття «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «здорове харчування», визначення та усвідомлення факторів, що впливають на здоров'я, створення умов для формування в учнів позитивного ставлення до власного життя та здоров'я; навчити дитину з раннього віку свідомо ставитися до власного здоров'я, раціонально харчуватися; переконувати учасників квесту у необхідності та важливості дотримання режиму харчування; вчити дітей вибирати найкорисніші продукти для здорового, раціонального харчування.
- * **Обладнання:** картки із зображенням овочів, фруктів, інших продуктів харчування, кошики, маски-наголівники, квітка з кольорового картону, мультимедійне обладнання, овочі, матеріали для творчості, маршрутні листи.
- * **Сюжет:** грають 4 команди. Діти отримують повідомлення, де казковий герой Здоров'ятко розповідає про те, що зараз діти здебільшого їдять не корисну, а шкідливу їжу, а також мало займаються спортом, проводячи час біля комп'ютерів, не переймаються власною гігієною, Він просить в учнів допомоги - відвідавши станції, виконати завдання на кожній з них, отримати від помічників фрукт чи овоч, довести, що діти не забули, як дбати про здоров'я.



- * **Правила гри:** для успішного просування команди вперед і подолання перешкод на окремих етапах дійте почергово і дотримуйтесь правил.
- * **Правило 1.** Застосовуйте при виконанні завдань вашу енергію та креативність! У вас все вийде, рухайтесь далі та перемагайте!
- * **Правило 2.** Відвідуйте станції суворо за порядком, написаним в вашому маршрутному листі.
- * **Правило 3.** З помічниками, як із суддями, НЕ СПЕРЕЧАЮТЬСЯ!
- * **Маршрутні листи:**
- *

| | |
|----|-------------------------------------|
| 1. | Станція «Розумний покупець» |
| 1. | Станція «Антиреклама» |
| 1. | Станція «Абетка харчування» |
| 1. | Станція «Театральна» |
| 1. | Станція «Ігрова» |
| 1. | Станція «Творча майстерня» |
| 1. | Станція «Краса – запорука здоров'я» |



* 1 станція «Розумний покупець»

* Завдання: діти отримують картки із зображенням корисних та шкідливих продуктів, а також екосумки для покупок і бак для сміття. Пропонується здійснити похід до супермаркету і здійснити покупки. Корисну їжу потрібно скласти у сумку, а шкідливу - у сміттєвий бак.

* 2 станція «Антиреклама»

* Завдання : серед запропонованих зображень відібрати малюнки товарів, які рекламують по телевізору шкідливі продукти. Обираючи малюнки, гравці повинні самі називати чим ці продукти шкодять людині.



* З станція «Абетка харчування».

* **Завдання:** гравцям пропонується виконати інтерактивні вправи на сайті <https://learningapps.org/>

1. **Інтерактивна вправа «Харчування»** <https://learningapps.org/display?v=praxnmxma16> Діти розподіляють запропоновані продукти харчування та страви на ті, що приносять користь для здоров'я та ті, що йому шкодять.
2. **Інтерактивна вправа «Збалансоване харчування»** <https://learningapps.org/display?v=pevhx9qsc16> Діти повинні скласти ланцюг збалансованого харчування, починаючи з основної групи продуктів.
3. **Інтерактивна вправа «Абетка харчування»** <https://learningapps.org/display?v=pzb1g1w8k17> Діти розглядають предметні малюнки і розподіляють їх на дві групи: корисна і шкідлива їжа. Якщо правильно виконали завдання, то дізнаються декілька фактів про харчування.
- * 4. **Інтерактивна вправа «Куховарочка»**. <https://learningapps.org/display?v=pyk24oj5k17> Гравці обирають овочі для приготування борщу та фрукти і ягоди - для компоту.



- * 4 станція «Театральна»
- * Сценка «Сперечалися овочі».
- * Діти у масках овочів сперечаються про те, хто з них найсмачніший, найкорисніший та містить більшу кількість вітамінів. Танець «Дружба» (українська мелодія)
- * 5 станція «Ігрова»
- * Гра «Прожени мікробів»
- * Виходять діти, на голові у них - шапочки із зображенням мікробів, шкідливих бактерій.
- Що притихли, не чекали?
- * Чи нас просто не впізнали?
- * Я - Великий Повелитель -
- * Злющий вірус і мучитель
- * А ми- твої друзі-нероби
- * Шкідливі бактерії і мікроби.
- * Ми зникнемо лише тоді, коли ви пригадаєте правила,
- * яких ми дуже боїмося.
- * Діти (по черзі)
- * Вислухавши правила, мікроби зникають.



- * **Інсценізація «Ми корисні для людини»** Помічник. Отже, діти, треба вживати різноманітну їжу, щоб збагатити свій організм речовинами, необхідними для нормального росту й розвитку вашого організму.
- * **Вправа «Квітка здоров'я»** Уявімо, що ця квітка - здоров'я людини. Що потрібно квітці для того щоб вона росла і квітла? А що їй завдає шкоди? (Відповіді). Так відбувається і зі здоров'ям людини.
- Давайте доберемо ті продукти, які принесуть нам тільки користь і прикріпимо їх на «квітку здоров'я».
- * **6 станція «Творча майстерня»** Завдання: виготовити з овочів веселі поробки.
- * **7 станція «Краса - запорука здоров'я»** Завдання: власноруч виготовити з овочів (огірок) маску для обличчя. Діти вчаться використовувати овочі та фрукти не лише у їжу, а й для косметичних процедур.
- * **Закінчення квесту** По проходженню всіх етапів квесту учасники команд збираються у дворі школи для оголошення результатів. Нагородження переможців.
- * ПОСИЛАННЯ <https://www.facebook.com/groups/hs.ukr/permalink/2894574300790263>
- * <https://www.facebook.com/media/set/?set=oa.2821491128063728&type=3>
- * <https://www.facebook.com/media/set/?set=oa.1227064344430215&type=3>
- * <https://www.facebook.com/media/set?set=oa.287578663073327&type=3&avfZ3Bdoo7hhySActRTUydQikiQQZMTpjeZo2Vxozi3BuFq4vwheVlTCgG8ZiUvdD>

