

## **Примерный сценарий проведения информационно-разъяснительного мероприятия «Совет на сто лет!»**

**Место проведения:** образовательные организации, иные учреждения, участвующие в организации досуговой занятости детей в период летней оздоровительной компании.

**Участники:** дети 6 лет и старше.

**Продолжительность:** 40 минут.

**Цель:** Пропаганда здорового и активного образа жизни.

**Задачи:**

1. Информирование о составляющих здорового образа жизни.
2. Формирование мотивации на ведение здорового и активного образа жизни.

**Необходимое оборудование:** мультимедийное оборудование, микрофон.

**Ход мероприятия:**

**Вводная часть:**

**Ведущий:** Добрый день, ребята! Наше мероприятие называется «Совет на сто лет!». Как вы считаете, о чем мы сегодня будем разговаривать? И есть ли такой совет, который бы пригодился всем людям? (*Ответы участников*).

Такой совет действительно существует, а с чем он связан мы узнаем, если посмотрим мультфильм, который называется «Сказка о царевиче и трех лекарях».

Прошу вас внимательно посмотреть данный мультипликационный фильм, а после чего мы перейдем к обсуждению ключевых моментов. Внимание на экран!

*Просмотр мультфильма «Сказка о царевиче и трех лекарях». Ссылка для скачивания: <https://cloud.mail.ru/public/pGoT/NrQoAa9si>*

*Вопросы для обсуждения:*

1. Главный герой этого мультфильма царевич. Что вы о нем узнали?

**Комментарий специалиста:** Мы видим, что царевич – это очень избалованный ребенок, с которого родители «пылинки сдувают», и от всяких дел и забот ограждают. В тексте мультфильма сказано: «Едва царевич проснется, ему тут же носочки пуховые нагрют, водичкой розовой помнут, стол для завтрака накроют».

Вы, наверное, обратили внимание, что завтракает царевич в кровати, с ложечки его кормят как малыша, а потом еще и губки ему мама салфеточкой промакивает.

Делать самому ему абсолютно ничего не приходилось, даже сапоги на ноги за него родители надевали. Проанализировав образ жизни царевича, можно сделать вывод о том, что чем больше человек ленится или чем чаще позволяет другим делать за себя самые простые действия, тем хуже ему от этого только становится.

## **2. Почему именно царевич простудился во время прогулки, а не кто-то другой из его семьи?**

**Комментарий специалиста:** Из мультфильма мы узнали, что даже в жаркую погоду на царевича надевали самую теплую одежду, так, что он даже пошевелиться не мог, и вели гулять под локоточки, чтобы он не ударился. Можно сказать, что царевич «рос в тепличных условиях» - это означает, что его держали в тепле и оберегали от непогоды. При этом остальные члены его семьи всегда одевались по погоде и много двигались, именно поэтому их организм был крепче и выносливее, адаптирован к погоде, и они не простудились во время прогулки.

Образ жизни царевича, стал причиной всех бед в семье. Прогулки на свежем воздухе и закаливание, помогают человеку противостоять болезням. А вы знаете, что закаливаться можно не только водой, но и воздухом? Для этого достаточно не надевать слишком теплую одежду во время прогулки, не закрывать рот и нос шарфом. Холодная, ветреная или сырая погода - это не повод отсиживаться дома, важно правильно подобрать одежду, и тогда такая прогулка принесет только пользу для вашего здоровья и укрепит иммунитет.

Конечно же нельзя забывать и о том, что чем больше человек двигается, тем сильнее и выносливее он становится, именно поэтому рекомендуется ежедневно делать зарядку людям в любом возрасте, а также гулять и играть на свежем воздухе.

## **3. Почему не смогли вылечить царевича заморские лекари?**

**Комментарий специалиста:** Мы то с вами знаем, что еще не придумали такого лекарства, которое бы смогло вылечить человека в считанные минуты. Если причиной болезни является нездоровый образ жизни, то и начинать лечение нужно с изменений в образе жизни.

## **4. Как вы думаете, что помогло простому мужику найти причину болезни царевича и вылечить его? Ведь он не был врачом.**

**Комментарий специалиста:** Мужик в мультфильме показан физически крепким, веселым и счастливым человеком, абсолютно здоровым, несмотря на то, что у него нет теплой одежды и ходит он по улице босиком. Этот человек

работает дровосеком, а значит ежедневно активно трудится на свежем воздухе.

Для того, чтобы понять причину болезни царевича, ему достаточно было сравнить свой образ жизни с образом жизни царевича, а, чтобы вылечить - приблизить его образ жизни к своему, именно поэтому он отправляет царевича рубить в лес.

Здоровым считается образ жизни, наполненный движением и активными занятиями спортом. Малоподвижный образ жизни вызывает слабость, плохое настроение и может привести к различным заболеваниям. Здоровая пища – это, как правило, простая пища, такая как каши, супы, овощи и фрукты, молочные продукты, та в которой содержится много витаминов и других полезных элементов. Конечно же не стоит забывать и о закаливании – солнечные и воздушные ванны укрепляют ваш организм тогда, когда вы этого даже не замечаете.

**Ведущий:** А совет на сто лет, о котором мы говорили в самом начале мероприятия, действительно существует, и он достаточно прост: «Кто здоровье укрепляет, никогда не унывает!». Не забывайте, его, ребята, тогда и вас болезни будут обходить стороной!

#### **Заключительная часть:**

**Ведущий:** В завершении нашей встречи, для того чтобы сюжет этой сказки запомнился вам надолго и вы не повторяли ошибок царевича и его семьи, предлагаю вам принять участие в челлендже «Один в один».

Описание: На выбор предлагается несколько сцен из просмотренного мультипликационного фильма, задача участников выбрать понравившуюся сцену и, используя подручные средства, костюмы, реквизит, попробовать максимально точно воссоздать ее.

*Организатор мероприятия осуществляет фотосъемку воссозданной сцены фильма, а затем публикует фотографию в группе проекта «Лето- пора находок, а не потерь!» в социальной сети «ВКонтакте» (Ссылка: <https://vk.com/club230370347>) с указанием названия команды (отряда), наименованием образовательной организации/ учреждения и муниципального образования, а также указывается количество участников мероприятия.*

**Сюжеты для участия в челлендже «Один в один»**











