

Сценарий внеклассного спортивного мероприятия в 1 классе

«Доктор Малышкина против Covid-19».

*Таланова Оксана Николаевна,
учитель ФК МБОУ «Лицей №1».*

Мы живём в такое время, когда от каждого зависит здоровье семьи, коллектива и, наконец, общества в целом. Именно поэтому нам, педагогам, так важно сформировать у детей осознанную и ответственную позицию по отношению к своему здоровью. Я решила провести спортивное мероприятие в 1 классе, посвящённое профилактике и средствам защиты от Covid-19.

Цель: знакомство детей с основными способами профилактики и защиты от Covid-19.

Задачи:

- расширять знания детей о способах защиты от коронавируса в доступной форме;
- закреплять полученные знания в различных игровых ситуациях;
- формировать ответственное отношение к собственному здоровью;
- способствовать активному участию детей в предложенных играх и упражнениях;
- создать радостную непринуждённую атмосферу.

Действующие лица: Доктор Малышкина, Коронавирус; дети.

Оборудование: ориентиры, обручи 4-6 штук, картонные градусники 2 шт., маски, музыкальный центр, санитайзеры 2 шт.

Ход мероприятия

Дети 1 Г класса собираются в спортивном зале. Их встречает доктор Малышкина.



Доктор Малышкина: Здравствуйте, ребятишки,

Девчонки и мальчишки!

Я — добрый доктор Малышкина,

Мой дом для вас всегда открыт.

Лечу я взрослых и детей,

Ну и, конечно же, зверей.

Ответьте по-порядку:

Здоров, кто делает...

Дети: Зарядку!

Доктор Малышкина: И тот, кто закаляется

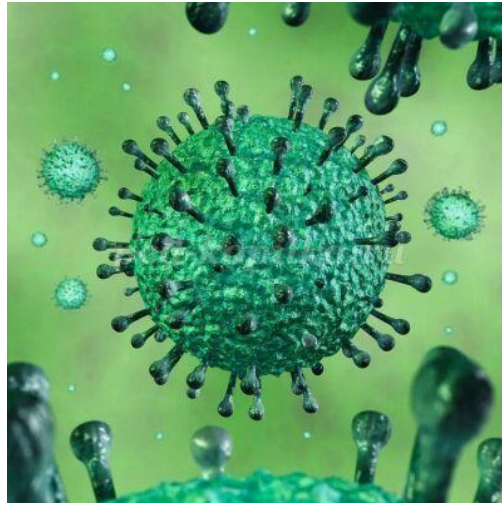
Да спортом занимается!

А теперь, мои ребятки,

Становитесь на зарядку!

Музыкальная зарядка

После зарядки под устрашающую музыку вбегает Коронавирус.



Коронавирус: Ха, кто закаляется,
Спортом занимается...
Не спасёт вас и зарядка
От меня, мои ребятки!
Ведь инфекция сильна,
Коронавирус — это я!

Доктор Малышкина: Ну, напугал! Коронавирус! Да может ты и не страшный совсем!

Коронавирус: Как не страшный? Да я везде! Вот вы руки после магазина не помыли, потрогали лицо или нос, глаза потёрли — а я уж тут как тут! Я же ма-а-аленький совсем, незаметненько на руки попадаю, а потом на лицо, ну а там уж и внутрь к вам совсем не сложно забраться!

Доктор Малышкина: Ну, напугал! Да наши детки умненькие и аккуратные, они никогда грязные руки к лицу не подносят и моют их после улицы. Правда, ребята? Вот смотри, как они это делают!

Двигательное упражнение «Умывалочка».

Чтоб здоровым, сильным быть, *Маршируют на месте.*

Нужно руки чаще мыть. *Вытягивают руки вперёд.*

Мылим тщательно ладони, *Потирают ладони друг о друга.*

Дальше — с тыльной стороны. *«Моют» тыльную сторону.*

Ну а после каждый пальчик *«Намыливают» каждый пальчик.*

С мылом тщательно потри.

После — личико умой, *«Умываются» (по воздуху).*

А теперь водой всё смой!

Все микробы с рук мы смыли, *Хлопают в ладоши.*

И вирус вредный победили!



Эстафета 1 «Бег с кусочком мыла в руках»

Дети строятся в две команды. У направляющего в руке мыло. По сигналу первые бегут, оббегают стойку, возвращаются и передают мыло следующему. Побеждает та команда, которая первой закончит эстафету.

Коронавирус: Как же, как же, победили, размечтались! Да я сильнее вас всех! Вот чихнёт на вас какой-нибудь мой больной — и всё, готово!

Доктор Малышкина: И ничего подобного! Мы с ребятами знаем, что нужно маски носить и держать дистанцию с чужими людьми.

Эстафета 2 «Бег в маске»

Дети строятся в две команды (в масках). У направляющего в руке градусник из картона. По сигналу первые бегут, оббегают стойку, возвращаются и передают градусник следующему. Побеждает та команда, которая первой закончит эстафету.

Коронавирус: Какая дистанция! Какие маски! Это всё ерунда!

Доктор Малышкина: И совсем не ерунда! Вот, например, я в общественные места, где много людей собирается, не хожу, а на работе маску ношу, да ещё и каждые два часа её меняю, чтобы микробы не накапливались. А в магазине дистанцию 2 метра соблюдаю. Можешь ты до меня добраться?

Коронавирус (обиженно): Какая ты вредная доктор Малышкина! Если все будут такими, то мне совсем туго придётся. (Оживляется.) Но ведь не все такие — вон сколько доверчивых ребят, я их быстро облапошу!

Доктор Малышкина: Наши ребята и правда очень хорошие и доверчивые, но с вирусами они не дружат и правила гигиены соблюдают очень хорошо. Правда, ребята?

Коронавирус: А вот я сейчас проверю, как они умеют дистанцию соблюдать!

Эстафета 3 «Соблюдай дистанцию»

Дети строятся в две команды. Перед ними — несколько обручей, разложенных на расстоянии 1 метра. Первые игроки запрыгивают в ближние к ним обручи, затем — в следующие. В этот момент вторые участники прыгают в обручи и т. д. Когда игроки прошли все обручи, они оббегают ориентиры и встают в конец своей команды. Задача участников — синхронно и точно перепрыгивать из обруча в обруч одновременно с впереди стоящим игроком, соблюдая таким образом дистанцию.

Эстафета 4 (викторина)

Каждая команда по очереди отвечает на вопросы. Если команда затрудняется ответить, тогда отвечает команда соперников.

Вопрос №1. Кто может заразиться коронавирусом? (*животные и люди*)

Вопрос №2. Как передаётся коронавирус? (*Воздушно – капельным и контактным путём*)

Вопрос №3. Какие меры по профилактике коронавируса существуют?

(*Соблюдение правил личной гигиены, сокращение посещения общественных и людных мест*)

Вопрос № 4. Назовите средства индивидуальной защиты от вируса? (*Маски, респираторы, перчатки, дезинфицирующие средства*)

Вопрос № 5. На каком расстоянии должны находиться люди в период эпидемии? (*1 – 2 метра*)

Вопрос № 6. Как часто надо менять маску? (*Через 2 часа*)

Вопрос № 7. Как правильно носить маску?

Вопрос № 8. Можно ли повторно заразиться коронавирусом? (*Да*)

Конкурс для капитанов



(Дезинфекция команды):

Капитаны строятся напротив своей команды, на расстоянии 4 метра. Рядом с ними стоит стул на котором лежит маска и бутылочка с распылителем. По сигналу капитаны одевают маску, берут распылитель с водой, бегут к своей команде и брызгают один раз в ладошки каждому ученику. Побеждает тот капитан, который первый обрабатывает каждую руку и прибежит к своему стулу.

Коронавирус: Ну вот, теперь я вижу, что мне действительно здесь делать нечего.
Доктор Малышкина: Конечно, нечего! А чтобы ты не сомневался, у нас ещё и санитайзеры для тебя припасены. (доктор Малышкина достаёт пузырёк с распылителем и брызгает в Коронавирус водой, тот убегает.) Ну вот, мы и прогнали Коронавирус. Но, чтобы он не вернулся, вы, ребята, должны соблюдать все правила, которые мы перечисляли.

Давайте их повторим. (Дети называют основные правила предотвращения заболевания Covid-19: соблюдение социальной дистанции, ношение масок (респираторов) в общественных местах, частое мытьё рук или использование санитайзеров.) А на прощание я предлагаю весело потанцевать! Общий танец по выбору

Доктор Малышкина: А теперь нам пора прощаться. До свидания, ребята!
Дети прощаются и под музыку уходят из зала.



Интернет – ресурсы

<https://стопкоронавирус.рф>

<https://ru.wikipedia.org/wiki/Коронавирусы>

<https://стопкоронавирус.рф/ai/doc/2/attach/2.pdf>

Приложение.

COVID-19 Как правильно носить маску



1
Держите маску
только
за резинки



2
Расположите маску
белой стороной к лицу,
цветной – наружу



3
Маска должна
закрывать нос,
рот и подбородок



4
Заведите резинки
за уши, проверьте
отсутствие зазоров



5
Металлическую,
вставку придавит
к переносице

МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО

1



2



3



4



5



6



7



8



9



перед едой



после общения
с животными



после посещения
туалета



после кашля
и чихания



после игр
и занятий спортом

Симптомы заболевания новой
коронавирусной инфекции (COVID-19)
сходны с симптомами обычного
(сезонного) гриппа:

ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА ТЕЛА

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

КАШЕЛЬ

БОЛИ В МЫШЦАХ

ДИАРЕЯ

ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ



СЛАБОСТЬ

ТОШНОТА
РВОТА

ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСА

повторим главное



5 правил

при подозрении на коронавирусную
инфекцию:



1. Оставайтесь дома.

Только в исключительных случаях вызовите врача. Пронесите сообщение о месте своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах.

Строго следуйте рекомендациям врача.



2. Минимизируйте контакты со здоровыми людьми,

особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции



1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;



2. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.



3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).



3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот.

При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.



4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.



5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.



4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.



5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь



6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.



7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)