Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 1 «Светлячок» пгт. Ноглики

**Викторина**

**«Быть здоровым здорово!»**

**для детей подготовительной к школе группы**

**Подготовила:**

Образцова Ольга Валерьевна

Старший воспитатель

первой квалификационной

категории

Пгт. Ноглики

2021 г.

**Цель:**

формирование осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- закреплять знания детей о здоровом образе жизни; о здоровьесберегающих технологиях: физкультминутках; формировать у детей представления о значении правильного питания и физических упражнений как способах сохранения здоровья;

- закреплять знания о пользе витаминов и их значении для здоровья человека; развивать познавательный интерес, творческую активность;

- развивать у детей умение правильно относиться к своим жизненно – важным органам; воспитывать желание быть здоровым, внимательное, доброжелательное отношение друг к другу.

**Методы и приёмы**: сюрпризные моменты, показ, физкультминутка, вопрос-ответ, поощрение, призы.

**Материал и оборудование**:

- эмблемы, жетоны, дорожные знаки 10 штук, грамоты.

**Ход викторины:**

**Слайд № 1**

**Ведущий:**

- Здравствуйте, дорогие друзья! Я говорю вам “здравствуйте”, а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека самая главная ценность. Мы часто слышим: *«Будьте здоровы»*, *«Не болейте»*, *«Желаю здоровья»*.

Часто ли мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем для того, чтобы быть здоровыми? Ответить на этот вопрос нам помогут дети нашей группы. И так встречаем участников викторины: «Быть здоровым – здорово!»

*(Под музыку дети входят в зал, здороваются)*

**Ведущий:**

- Дорогие участники, рассаживайтесь поудобнее, и принимайте активное участие в игре. А я представлю наше уважаемое жюри: *(представление жюри)*

**Слайд № 2**

**Ведущий:**

Поприветствуем команды: *«Здоровяки» и «Крепыши»*

Команды, представьтесь друг другу и гостям.

*(Представление команд )*

Мы - команда «Крепыши»

Мы на встречу к вам пришли.

И смекалку и уменье

Мы с собою принесли.

Мы – «Здоровяки», друзья,

Нам проиграть никак нельзя**.**

С вами мы сразимся,

Так просто не сдадимся.

**Внимательно слушаем правила игры**:

1. Вопросы выслушивать внимательно.

2. Не подсказывать, не выкрикивать.

3. Если вы готовы ответить – поднимайте руку.

4. Если участники не знают ответ или ответили не правильно, право на ответ переходит другой команде.

6.В нашей игре 5 туров, задания будут даваться командам, за каждое правильно выполненное задание команда получает по 1жетону *(показывает)*.

- Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку. Отвечать будут обе команды хором.

**Слайд № 3**

**Игра «Да и Нет»**

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? *(Да)*

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? *(Нет)*

Щи – отличная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? *(Нет)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? *(Нет)*

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? *(Да)*

**Слайд № 4**

**1 тур: «О себе и личной гигиене»**

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Здоровяки»***

**Слайд № 5-13**

1. У двух матерей по пять сыновей. Одно имя всем *(руки, пальцы)*

2. Стоят вместе, ходят - врозь *(ноги)*

3. Ускользает, как живое,

3.Но не выпущу его.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится *(мыло)*

4. Какой орган тела принимает звуковые сигналы? *(ухо)*

5. Назови орган зрения. (Глаза)

6. Чего у тебя по пять? (Пальцев)

7. Назови орган дыхания. (Нос)

8. Всегда во рту, а не проглотишь. (Язык).

9. Для чего нужны глаза? (Смотреть, наблюдать)

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Крепыши»***

**Слайд № 14-22**

1. На ночь два оконца сами закрываются, а с восходом солнца сами открываются *(глаза)*.

2. Лег в карман и караулит

Рёву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез,

Не забудет и про нос *(носовой платок)*

3. Если б не было его, не сказал бы ничего. (Язык)

4. С какой стороны тела находится сердце? *(с лева)*

5. Какого цвета кровь? *(красного)*

6. Для чего нужен нос? (Дышать, нюхать)

7. Что лишнее: голова, кукла, рука, ноги? (Кукла)

8. Назови орган слуха. (Ухо)

9. Что лишнее: рот, нос, книга, глаза? (Книга)

**Слайд № 23**

**2 тур**«**Здоровье**»

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Здоровяки»***

1. Какие фрукты, овощи и растения используют для понижения температуры и для лечения от простуды? *(Малина, лимон, чеснок, липа)*.

2. В какое время года лучше всего начинать закаляться? *(Летом)*.

3. Кто такие *«моржи»*? *(Люди, купающиеся зимой в проруби)*.

4. Почему нельзя грызть ногти? *(Это некрасиво и под ногтями – микробы, можно заболеть)*.

5. Можно ли давать свою расческу другим людям? *(Нет, т. к. можно подхватить вшей, кожные заболевания)*.

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Крепыши»***

1. Полезно ли по утрам обтираться влажным полотенце? Почему?

*(да, это закаливает организм)*

2. Что нужно сделать, если ты вспотел?

*(надо переодеться в сухую одежду)*

3. Почему нельзя пить воду из реки или лужи? *(В грязной воде находятся различные микробы, которые переносят опасные заболевания).*

4. Почему нельзя гладить бездомных и чужих кошек и собак? *(Можно подхватить блох, клещей, лишай).*

5. У человека много друзей, но главные: *«Солнце, воздух и…»*

**Ведущий:**

- А теперь мы немного отдохнем и разомнемся.

**Слайд № 24 Физ. минутка***.*

*(Физ. минутку проводит инструктор по физической культуре)*

**Слайд № 25**

**3 тур «Спорт и безопасность»**

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Здоровяки»***

**Слайд № 26-31**

1. Его бьют, а он не плачет,

Веселее только скачет. *(Мяч)*

2. Что такое тротуар? *(Дорога для движения пешеходов)*

3. Назовите летние виды спорта *(волейбол, велосипедный спорт, плавание)*

4. Кого называют пешеходом? *(Человека, который идет по дороге)*

5.Что нужно делать, чтобы не болеть гриппом?

*(надо есть овощи, фрукты, больше гулять на свежем воздухе)*

6.Когда собираешься на прогулку, на что надо обратить внимание? *(надо обратить внимание на погоду, чтобы правильно одеться)*

**Ведущий:**

***Вопросы команде «Крепыши»***

**Слайд № 32-37**

1. Михаил играл в футбол

И забил в ворота … *(гол)*.

2. На какой свет светофора надо переходить улицу *(На зеленый)*.

3. Кого называют водителем? *(человека, управляющего каким-либо ТС)*

4. Назовите зимние виды спорта. *(Хоккей, Лыжный спорт, фигурное катание)*

*5.*Можно ли грызть сосульки? Почему?

*(нет, она грязная, холодная, заболит горло)*

6.Можно ли целый день смотреть телевизор, сидеть за компьютером?

*(нет, это вредно для зрения, надо двигаться, больше гулять)*

**Слайд № 38**

**4 тур *«*Знания ПДД» (конкурс капитанов)**

**Ведущий:**

**-** Играют капитаны команд ,прошу подойти вас ко мне. Каждый капитан получает по конверту со знаками дорожного движения. В     каждом – 5 знаков, нужно отгадать названия дорожных знаков.

**Слайд № 39**

5 **тур *«Блиц – турнир»***

**Ведущий: -**Пословицы задаются по очереди каждой команде.

***Вопросы команде «Здоровяки»***

* Здоровье дороже *(всего)*
* Береги платье снова, а здоровье**…***(смолоду.)*
* Чистота – лучшая…  *(красота)*
* Чисто жить – здоровым… *(быть)*
* Кто аккуратен – тот… *(приятен)*
* Не думай быть нарядным, а думай быть… *(опрятным)*
* Болен – лечись, а здоров**…***(берегись.)*
* Было бы здоровье, а счастье… *(найдётся.)*
* Где здоровье**,** там и… *(красота.)*

***Вопросы команде «Крепыши»***

* Двигайся больше – проживёшь… *(дольше.)*
* Забота о здоровье – лучшее**…***(лекарство.)*
* Здоровье сгубишь – новое**…***(не купишь.)*
* Чистота - ….(…залог здоровья)
* Здоровье дороже …(золота)
* Чисто жить…(здоровым быть)
* Здоровье в порядке…(спасибо зарядке)
* Если хочешь быть здоров…(закаляйся)
* В здоровом теле…(здоровый дух)

**Слайд № 40**

**Ведущий:**

А пока жюри подводит итоги викторины, на вопросы ответят зрители.

**«Здоровое питание». (для зрителей )**

1) Банан, апельсин, груша, яблоко – это …(Фрукты)

2) Помидор, огурец, капуста, свекла – это…(овощи)

3) Что лишнее: яблоко, огурец, банан, груша? Почему? (Огурец, потому что это овощ, а не фрукт.)

4) Что лишнее: картофель, яблоко, огурец, капуста? Почему?  (Яблоко, потому что это фрукт, а не овощ).

5) Что можно приготовить из овощей? (Винегрет, салат и т. д.)

6) Что делают из молока? (Кефир, творог, сметану, сыр, масло, йогурт)

7) Полезный продукт, который получают от коровы? (Молоко)

8) Что делают из муки? (Хлеб, пироги, печенье и т. д.)

**Слайд № 41**

**Ведущий:**

- Слово предоставляется жюри. *(Награждение)*

На этом наша викторина «Быть здоровым – здорово!» подошла к концу. Ребята, вы все молодцы и очень много знаете о здоровом образе жизни.