

Игра-викторина «Азбука здоровья» старшая группа № 6 МБДОУ детский сад № 37

Подготовила: Васютенко Олеся Васильевна, воспитатель.

Цель проведения викторины: Пропаганда здорового образа жизни и закрепление представлений детей о здоровом образе жизни.

Задачи викторины:

- расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни, подвести к пониманию того, что каждый человек должен заботиться о своем здоровье с детства;
- формировать знания детей о навыках личной гигиены, о полезных и вредных продуктах питания, о видах спорта, о значении спорта и физкультуры для здорового образа жизни человека.

Материалы и оборудование: мячи, флажки, картинки: овощи, фрукты, продукты питания; корзинки для игры; музыкальное сопровождение.

Ход мероприятия:

Дети стоят в кругу (одеты в спортивную форму).

Воспитатель: Здравствуйте! – ты скажешь человеку.

Здравствуй! – улыбнется он в ответ.

И, наверно, не пойдет в аптеку.

И здоровым будет много лет.

Кто из вас знает, почему при встрече люди здороваются и говорят: «Здравствуйте!»? (Желают здоровья.)

Что же такое здоровье? (Ответы детей.)

– Здоровыми быть хотят все люди. Никому не хочется болеть, лежать в постели, пить горькие лекарства. Я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми.

Вправо-влево повернись,

И соседу улыбнись. (Улыбаемся друг другу)

А еще мы знаем про улыбку, что от нее станет всем светлей.

Ребята, давайте послушаем замечательную песенку про Улыбку! (Слушаем песенку, подпеваем)

Сегодня, ребята, мы с вами проведем игру-викторину «Азбука здоровья».

-Мясо, рыба, крупы, фрукты –
Вместе все они – (продукты)

Воспитатель: Молодцы ребята! Все загадки отгадали. А вы употребляете в пищу эти продукты?

Дети: Да

Воспитатель: давайте представим, что Мы с вами попали на поляну полезных и вредных продуктов. Я приглашу по одному участнику из каждой команды. И так, вам нужно разобрать их.

«Разбери полезные и вредные продукты питания», дидактическая игра.

На столе лежат картинки овощей, фруктов, неполезных продуктов. Один ребёнок собирает полезные, а другой вредные продукты.

Затем проверяем и выслушиваем ответы детей.

Воспитатель: Ну что ж, давайте продолжим нашу викторину

«У Айболита»

Воспитатель: Айболит.... Уж он точно знает, что вредно, а что полезно. Но, к сожалению, не смог он к нам приехать, ребята, ведь он...кто?...Доктор, правильно, а кого он лечит...верно зверят и невероятно занят! Но он прислал к нам Совушку, свою главную помощницу...Совушка – сова, мудрая голова! На суку сидит, головой вертит – всё видит, всё знает...

Игра «ДА, нет!»

1. Постоянно нужно есть,

Для здоровья важно:

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простоквашу...ДА

2. Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад...НЕТ

3. Зубы вы почистили

И идёте спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать?...НЕТ

4. Щи – отличная еда

Это нам полезно?...ДА

5. Фрукты- просто красота!

Это нам полезно ?...ДА

6. Мухоморный суп всегда –
Это нам полезно?...НЕТ
7. Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки?...НЕТ
8. Овощей растет гряда
Овощи-полезны?...ДА
9. Съесть мешок большой конфет
Это вредно дети?...ДА
10. Лишь полезная еда
На столе у нас всегда? ...ДА
11. А раз полезная еда—
Будем мы здоровы?...ДАААА

Молодцы ребята! вперед к следующим заданиям.

«Личная гигиена»

Воспитатель: Сейчас мы проверим, знаете ли вы правила личной Гигиены.
Мы поиграем в игру, которая называется «Топ-хлоп».

Слушайте внимательно,

Делайте старательно.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Вы потопайте – нет, нет!

Будьте внимательны. Итак, начинаем. Дети стоят рядом со стульями.

Игра «Топ-хлоп».

- а) Мылом моют руки. (хлоп)
- б) Во время умывания разбрызгивают воду. (топ)
- в) Зубы чистить не надо. (топ)
- г) Зубы чистят зубной пастой. (хлоп)
- д) Волосы расчесывать не надо. (топ)
- е) Перед мытьем рук нужно закатать рукава. (хлоп)
- ж) Нельзя брать грязные пальцы в рот. (хлоп)
- з) Нужно пользоваться носовым платком (хлоп)
- и) Нужно кривляться за столом (топ)
- к) Надо заниматься спортом (хлоп)

Воспитатель: Молодцы, вы очень хорошо справились с этим заданием, и я убедилась в том, что вы все знаете правила гигиены.

«Солнце, воздух и вода»- наши верные друзья.

Воспитатель: Чтоб простуды не бояться, физкультурой надо заниматься. И полезны нам всегда солнце, воздух и вода!

Подвижная игра: «Солнце, воздух и вода».

На слово «воздух», дети начинают дуть (дыхательная гимнастика), на слово «солнце» остановиться, ручки поднять кверху, на слово «вода» – присесть на корточки.

Воспитатель: Вы умницы!

«Спортивная»

Воспитатель: А детям мы предлагаем отгадать спортивные загадки

Загадки:

1.Его бьют, а он не плачет,

Веселее только скачет... (мяч)

2.Кто по снегу быстро мчится

Провалиться не боится? (лыжник).

3.Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони, а блестящие... (коньки).

4.Два колеса подряд,

Их ногами вертят...(велосипед)

5.Михаил играл в футбол

И забил в ворота ...(гол)

6.Он лежать совсем не хочет если бросить, он подскочит.

Чуть ударишь, сразу вскачь, ну, конечно – это. (мяч).

Воспитатель: Мячик наш весёлый не может так лежать. Он просит ребятшек, с ним вместе поиграть.

Игра-эстафета «Передай мяч».

Первый ребенок передаёт мяч через голову назад себя следующему участнику и так до конца команды, последний с мячом бежит и встаёт впереди.

А какое у вас сейчас настроение? Хорошее настроение – это тоже залог здоровья!

«Знатоки»

Воспитатель: Ребята! Вам предлагается закончить *пословицы и поговорки о здоровье*:

В здоровом теле – ...здоровый дух.

Чистота – залог ...здоровья!

Солнце, воздух и вода – наши верные ...друзья.

Если хочешь быть здоровым — ...закаляйся!

Когда я ем, я глух и ...нем.

Здоровье в порядке – спасибо... зарядке!

Кто спортом занимается – тот силы...набирается!

Двигайся больше- проживешь...дольше!

Воспитатель: Итак, мы с вами выполнили все задания.

И я еще раз убедилась, что вы много знаете, вы умные, здоровые, а главное дружные. Давайте вспомним, друзья! Что нужно делать для того, чтобы вам вырасти здоровыми, крепкими и ловкими, нужно... правильно питаться, заниматься физкультурой, спортом и соблюдать режим дня, гигиену.

Я очень надеюсь, что вы всегда будете помнить о всех составляющих здоровья и соблюдать их.

Будьте Здоровы!