
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону
«Детский сад № 284»

**Викторина с детьми средней группы «Солнышки»
«Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»**

**Подготовила воспитатель:
Варданян А.Ж.**

**г. Ростов-на-Дону
2020г.**

Викторина с детьми среднего дошкольного возраста **«Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»**

Цель:

- закрепить с детьми знания о том, как заботиться о своём здоровье;
- формировать привычки здорового образа жизни;
- развивать коммуникативные навыки;
- воспитывать у детей стремление быть здоровым.

Оборудование:

- Эмблемы команд
- Флажки для жюри
- Муляжи продуктов (полезные и вредные для здоровья), две корзины, два стола
- Овощи (морковь, капуста, лук, чеснок)
- Корзина (с угощениями-фруктами)

Ход:

Ведущий: Внимание! Внимание!

(Дети читают стихи).

Сам я встал сегодня рано, чистить зубы сам пошёл,
Сам умылся из-под крана, и расческу сам нашёл.
Перед зеркалом стою – посмотрите на меня, неужели это я?!

Чистим зубы дважды в сутки, чистим долго три минутки,
Щёткой чистим не лохматой, пастой вкусной ароматной.
Чистим щёткой вверх и вниз – ну, микробы, берегись!

Кран откроися, нос умойся. Мойтесь сразу оба глаза.
Мойтесь уши, мойся шейка, мойся, мойся, обливайся,
Грязь смывайся, грязь смывайся!

Ведущий: О чём эти стихи? (*о чистоте*). А чистота – залог здоровья.

Все мы хотим быть здоровыми, сильными, красивыми.

Сегодня мы с вами попробуем разобраться, что же поможет нам такими

стать. В нашей игре участвуют две команды. Давайте их поприветствуем.

Команда «Почемучки» и команда «Всезнайки».

Поприветствуем наше жюри.

Обращение к жюри: Жюри не судите нас слишком строго,
мы знаем для нашего возраста достаточно много.

Жюри: Каждая команда за правильный ответ будет получать флагок.
В конце игры мы сосчитаем флагки и определим победителя.

1 конкурс «Приветствие команд»

1. команда: Мы команда – «Почемучки»

Мы на встречу к вам пришли
И смекалку, и уменье мы с собою принесли.

2. команда: Мы – «Всезнайки», всем друзья,
Нам проиграть никак нельзя.
С вами мы сразимся, так просто не сдадимся.

2 конкурс «Разминка» (загадки)

Ведущий: Все вы знаете выражение «Чистота – залог здоровья». Для того что бы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них я загадаю загадки.

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.
Белой пеной пенится.
Руки мыть не ленится. (*Мыло*)

2. Лёг в карман и караулит «рёву», «плаксу» и «грязнулю».
Им утрёт потоки слёз,
не забудем и про нос. (*Носовой платок*)

3. Костяная спинка, жесткая щетинка.
С мятной пастой дружит,
Нам усердно дружит. (*Зубная щетка*)

4. Хожу, брожу не по лесам, а по усам и волосам.
И зубы у меня длинней, чем у волков и у мышей. (*Расчёска*)

5. Вот какой забавный случай: поселилась в ванной туча.
Дождик льётся с потолка мне на спину и бока.
До чего ж приятно это! Дождик тёплый подогретый.
На полу не видно луж, все ребята любят(*душ*)

6. Я увидел свой портрет, отошел – портрета нет.
И сияет, и блестит, никому она не льстит,
А любому правду скажет и как есть, ему расскажет...(*зеркало*)

3 Конкурс «Блицтурнир»

1. Можно ли грызть сосульки? Почему нельзя?
2. Для чего надо делать зарядку?
3. Что нужно сделать, если ты вспотел? Почему?
4. Можно ли играть в мяч на проезжей части? Почему нельзя?
5. Можно ли целый день смотреть телевизор? Почему нельзя?
6. Что нужно делать, чтобы не заболеть гриппом?
7. Можно ли дразнить на улице собак? Почему нельзя?

8. Можно ли кушать на улице? Почему нельзя?

4 конкурс «Знаю ли я своё тело»

Ведущий: Я загадаю вам загадки, а отгадки вы вслух не говорите, покажите отгадку на своём теле. А жюри будет наблюдать, какая команда покажет правильно и быстрее. (*Ребята встают в полукруг*)

1. Вот гора, а у горы две глубокие норы.

В этих норах воздух ходит, то заходит, то выходит (*Нос*)

2. Всегда во рту, а не проглотишь (*Язык*)

3. У двух матерей по пять сыновей, одно имя всем (*Пальцы*)

А теперь я буду называть части тела, а вы до них дотрагивайтесь ладонями.

Жюри посмотрит, какая команда покажет всё правильно и быстро.

Приготовились! Начали!

Щёки... колени... локоть... подбородок... ухо... переносица... живот... пятки... затылок... плечи... кисть руки.

5 конкурс Игра-эстафета «Полезные продукты»

Ведущий: На большом подносе лежат разные продукты. Вы должны выбрать только те, которые полезны для здоровья.

6 конкурс капитанов «Угадай на вкус»

Капитанам предлагают с закрытыми глазами определить на вкус овощи. Кто больше? (морковь, капуста, лук, чеснок).

Ведущий: Вот и пришло время подводить итоги нашей игры.

Ой, а кто это к нам в гости пришел? (*инсценировка «Вредные микробы»*).

(*Выходят Микробы и поют на мелодию песни «Говорят, мы бяки-буки» из мультифильма «Бременские музыканты»*).

1. Мы микробы буки-бяки,
Размножаться мы хотим.

Все сдаются нам без драки,
Всех мы быстро заразим.
Заразим, заразим, никого не пощадим.
Заразим, заразим, не пощадим!

2. Каждый год зимой приходим,
Заставляем всех чихать.

Вам здоровье мы попортим,
Вмиг загоним вас в кровать.
Все в кровать, все в кровать, всем болеть и всем чихать.

Всем в кровать, всем в кровать, кашлять, чихать!

Доктор: Чтобы всем не заболеть, нужно маски нам надеть!
(микробы пятятся назад).
Чтоб микробов победить и температуру сбить,
Чай с малиной надо пить, спать больного уложить!
Мёд поможет с молоком – тёплым и приятным,
И накройтесь, потеплей одеялом ватным!
Сон при гриппе – лучший лекарь, также тёплое питьё.
Следует сходить в аптеку – витаминов там полно!

Ведущий: Витамины в овощах, ягодах и фруктах.
Разобьют микробов в прах - свежие продукты!

Витамины, витамины, вам устроим Именины.
Пейте соки и компот, и не будет вам забот!

Доктор: Где ж микробы – отступили? Мы их, братцы, победили!

Ведущий: Все здоровы, ты и я, витаминам всем УРА!
Будем спортом заниматься и конечно закаляться!
Наш совет всегда готов: **Будь здоров!**

VCE: Всегда здоров!

Ведущий: А теперь предлагаем нашему жюри подвести итоги.
(награждение победителей)

Ведущий: Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех,
За огонь соревнования,
Обеспечивший успех!