

Викторина для детей старшего дошкольного возраста

«Здоровый образ жизни»

Ершова Нина Юрьевна,

воспитатель

Цель: Активизировать внимание воспитанников на значении состояния здоровья в жизни человека, на здоровом образе жизни и влиянии его на здоровье, помочь детям сделать правильный выбор.

Развивать творческие способности, память, внимание и познавательный интерес.

Задачи:

1. Систематизировать знания воспитанников по теме «Основы здорового образа жизни», умение использовать полученные знания в повседневной жизни.
2. Сформировать нравственные качества воспитанников: умение дружить, общаться.
3. Формировать активную позицию воспитанников.

Ход викторины:

Дети здороваются с гостями.

Ведущий:

- А знаете ли вы, что значит здороваться? Да, это пожелание друг другу здоровья.
- А вы хотите быть здоровыми? ...
- Что это такое – здоровье? ...
- Какие вы знаете поговорки и пословицы о здоровье?

Пословицы:

1. Чистота – лучшая красота.
2. Чисто жить – здоровым быть
3. Кто аккуратен – тот и приятен.

4. Не думай быть нарядным, а думай быть опрятным.

- Сегодня у нас в гостях сказочные герои, которые предлагают вам поучаствовать в викторине. Сказочные герои приготовили для вас вопросы о здоровом образе жизни. Вы сегодня одна сплочённая команда, которая будет отвечать на вопросы наших героев.

- Первый наш гость **Мальвина**. Она большая модница и аккуратистка, и поэтому она приготовила вам загадки о предметах личной гигиены.

Загадки:

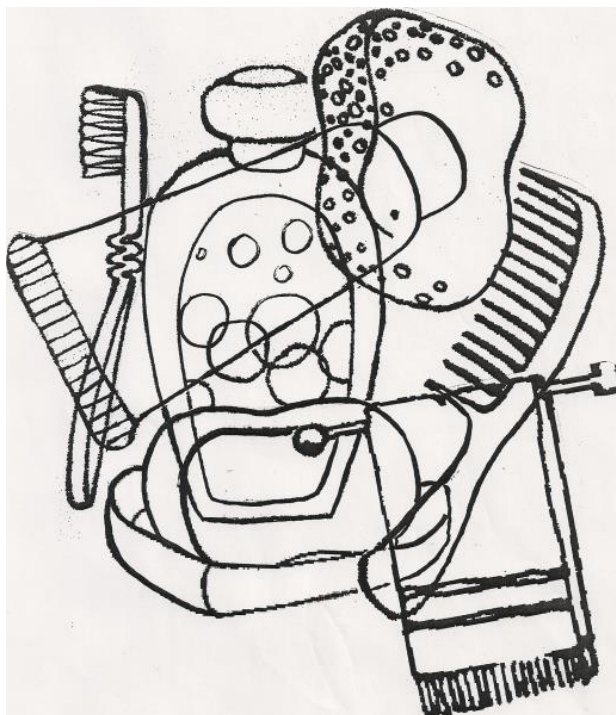
1. Гладко и душисто, моет очень чисто, нужно чтоб у каждого было, что ребята? (мыло)
2. Кто считает зубы нам по утрам и вечерам? (Зубная щётка)
3. Вытираю я, стараюсь, после бани паренька. Всё намокло, всё измялось, нет сухого уголка? (полотенце)
4. На себя я труд беру, пятки локти с мылом тру. И коленки оттираю, ничего не забываю? (Мочалка)
5. Хожу, брожу не по лесам, а по усам, по волосам. И зубы у меня длинней, чем у волков и медведей. (расчёска)

(загадки сопровождаются показом иллюстраций)

Теперь вопрос-задание, «Какими предметами личной гигиены не стоит делиться даже с лучшим другом и почему?»

- Каждый назовёт, только один предмет и не будет повторяться.

Табличка с рисунком- перемешкой



- Правильное питание это тоже здоровье. Следующее задание будет на доске от **Незнайки**, посмотрите и скажите, какой обед можно назвать здоровым? Почему? Какой обед можно назвать не здоровым? Почему?

Динамическая пауза про человека:

«Головушка - соловушка,
Лобик – бобик,
Глазки – краски,
Реснички – сестрички,
Носик – абрикосик,
Щёчки – комочки,
Губочки – голубочки,
Зубочки – дубочки,
Ушки – непослушки,
Шейки – индейки,
Плечики – кузнечики,
Ручки – хватучки,
Пальчики – девочки и мальчики,
Пузик – арбузик,
Спинка – осинка,
Коленочки – поленочки,
Ножки – сапожки».

- А теперь словесная игра «Да и нет»

Каша – вкусная еда? Это нам полезно? (Да)

Лук зелёный иногда – нам полезен, дети? (Да)

В луже грязная вода? Нам полезна иногда?(ДА)нет

Щи – отличная еда. Это нам полезно – (Да)

Мухоморный суп всегда. Это нам полезно ?(Нет)

Фрукты – это красота. Это нам полезно (Да)

Съесть большой мешок конфет. Это вредно дети?(Нет)да

Лишь полезная еда на столе у нас всегда. А раз полезная еда. Будем мы здоровы? (ДА)

- Для того, чтобы организм хорошо работал и был здоровым ему помогают органы чувств. И мы попробуем разгадать кроссворд от **Кота Леопольда**.

Г	Л	А	З
К	О	Ж	А
У	Х	О	
Н	О	С	
Я	З	Ы	К

Вопросы:

1. Какой орган определяет, что трава зелёная, а цветок красный?
2. Какой орган определяет, что комар больно кусает?
3. Какой орган слышит, как мама зовёт обедать?
4. Какой орган сразу чувствует, что в котлеты положен чеснок?
5. Какой орган определяет, что торт был вкусным?

- Молодцы! Получите ещё один жетон.

- Гимнастика для глаз.

Задание от **Мудрой Совы**:

- Слова-перевёртыши. (зарядка, прогулка, физкультура, закаливание, витамины, настроение)

А теперь задание от **Колобка**: Разрезные картинки.

-Колобок просит составить разрезные картинки о здоровом образе жизни.

Итог: Дети после выполненных заданий считают витамины-жетоны, получают приз от сказочных героев.(витамины)