

Викторина для детей среднего дошкольного возраста
«Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»

Новокузнецк, 2022 год

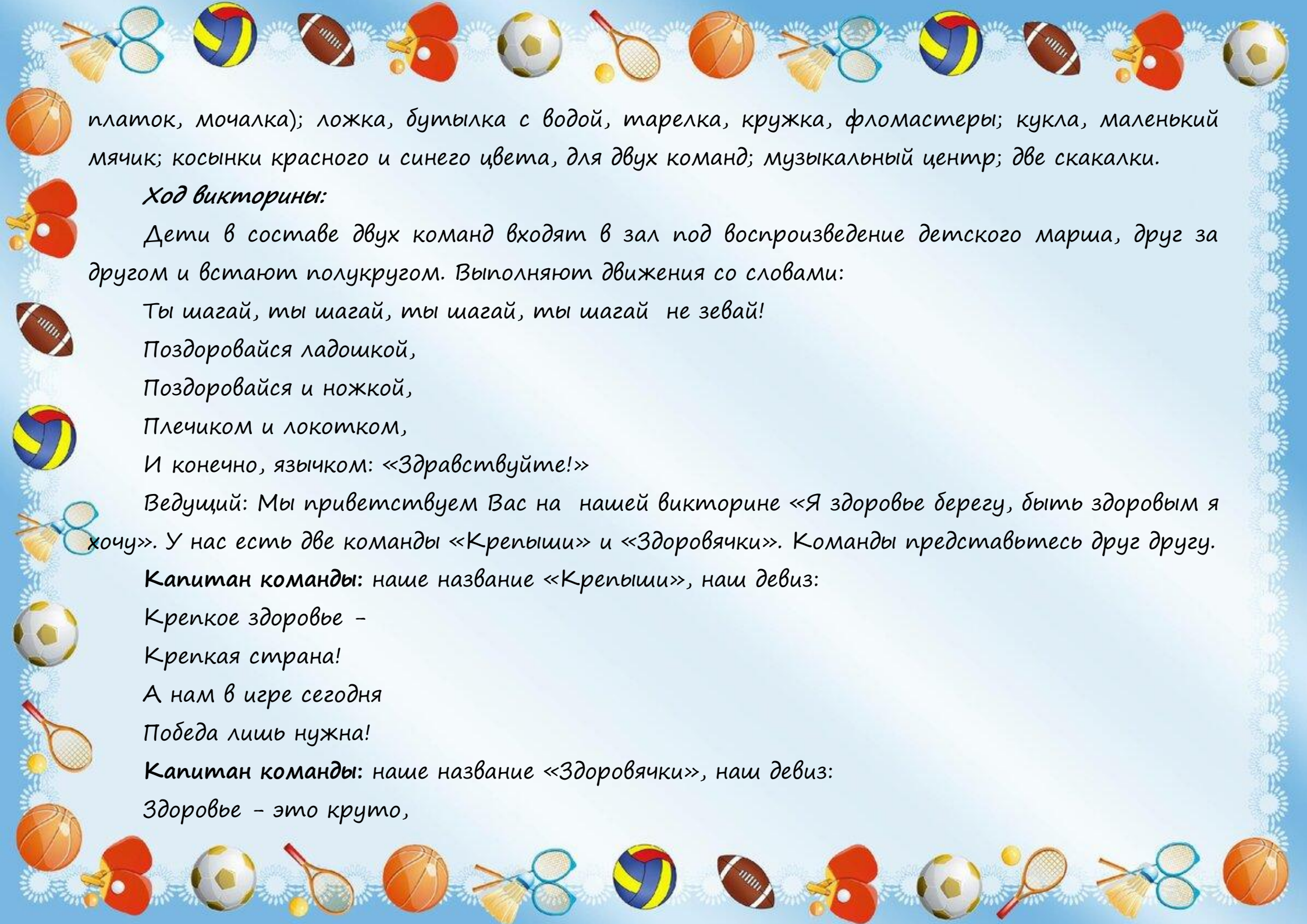
Цель викторины: Формирование здорового образа жизни у детей средней группы.

Задачи викторины:

1. Закреплять знания детей о том, как заботиться своем здоровье;
2. Обогащать словарный запас детей по теме;
3. Развивать коммуникативные навыки;
4. Формировать привычку к здоровому образу жизни;
5. Воспитывать у детей стремление быть здоровым;
6. Воспитывать у детей целеустремленность, командные качества.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, режим дня, спорт, правильное питание, иммунитет.

Оборудование: презентация к викторине; флажки синего и красного цвета; мольберт; два стола и стулья; макеты полезных продуктов (яблоки, мандарины, морковь, капуста, лимон и т.д.) и неполезных продуктов (чипсы, газировка, курица kfs, картошка fri, конфеты, кириешки) ; два обруча; две корзины; макеты предметов личной гигиены (зубная щетка, расческа, носовой



платок, мочалка); ложка, бутылка с водой, тарелка, кружка, фломастеры; кукла, маленький мячик; косынки красного и синего цвета, для двух команд; музыкальный центр; две скакалки.

Ход викторины:

Дети в составе двух команд входят в зал под воспроизведение детского марша, друг за другом и встанут полукругом. Выполняют движения со словами:

Ты шагай, ты шагай, ты шагай, ты шагай не зевай!

Поздоровайся ладошкой,

Поздоровайся и ножкой,

Плечиком и локотком,

И конечно, язычком: «Здравствуйте!»»

Ведущий: Мы приветствуем Вас на нашей викторине «Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу». У нас есть две команды «Крепыши» и «Здоровячки». Команды представьтесь друг другу.

Капитан команды: наше название «Крепыши», наш девиз:

Крепкое здоровье –

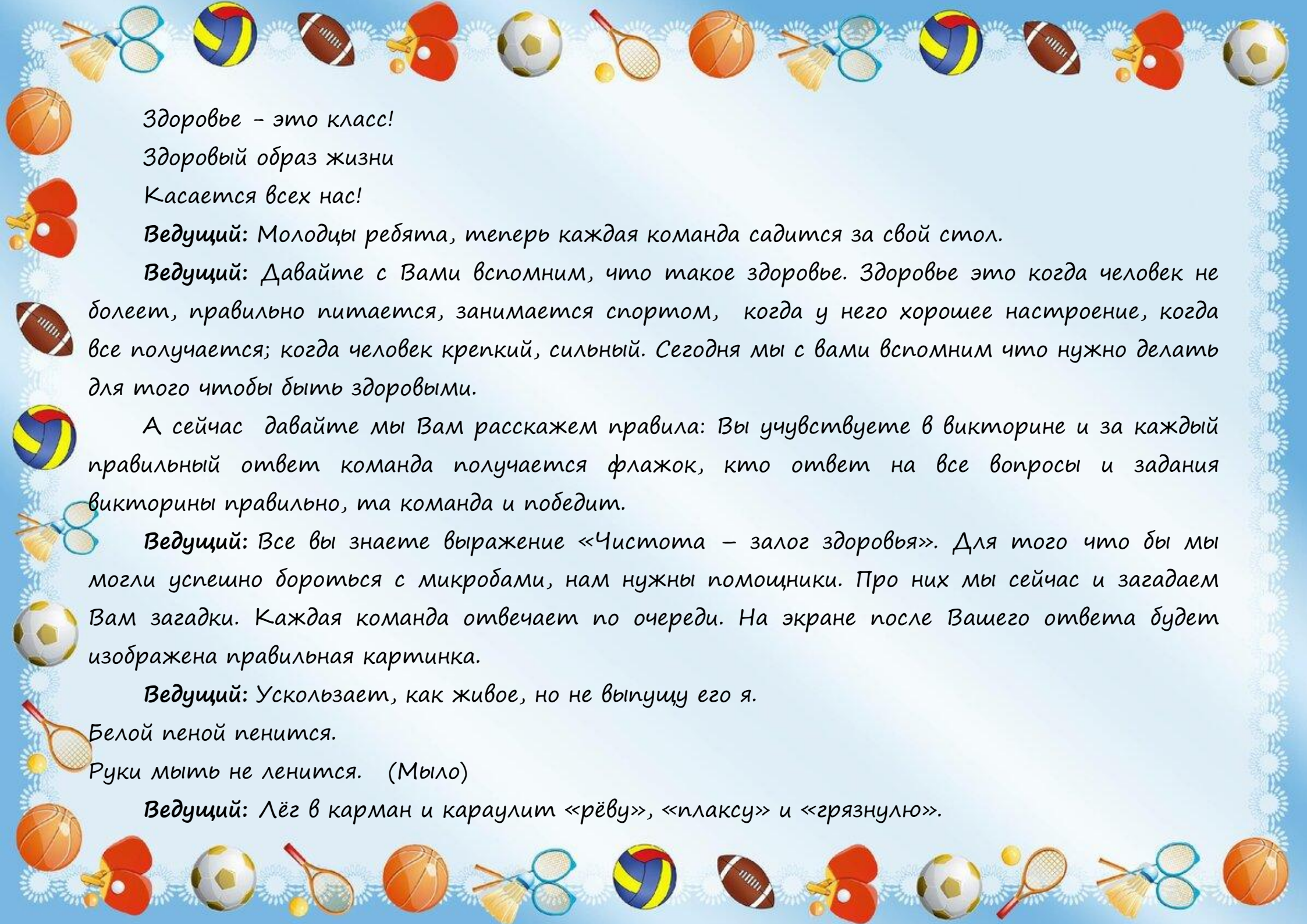
Крепкая страна!

А нам в игре сегодня

Победа лишь нужна!

Капитан команды: наше название «Здоровячки», наш девиз:

Здоровье – это круто,

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports and health-related icons: a basketball, a red flower, a soccer ball, a tennis racket, a volleyball, a football, a pair of glasses, and a tennis ball.

Здоровье – это класс!

Здоровый образ жизни

Касается всех нас!

Ведущий: Молодцы ребята, теперь каждая команда садится за свой стол.

Ведущий: Давайте с Вами вспомним, что такое здоровье. Здоровье это когда человек не болеет, правильно питается, занимается спортом, когда у него хорошее настроение, когда все получается; когда человек крепкий, сильный. Сегодня мы с вами вспомним что нужно делать для того чтобы быть здоровыми.

А сейчас давайте мы Вам расскажем правила: Вы почувствуете в викторине и за каждый правильный ответ команда получает флажок, кто ответ на все вопросы и задания викторины правильно, та команда и победит.














Ведущий: Все вы знаете выражение «Чистота – залог здоровья». Для того что бы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них мы сейчас и загадаем Вам загадки. Каждая команда отвечает по очереди. На экране после Вашего ответа будет изображена правильная картинка.

Ведущий: Ускользает, как живое, но не выпущу его я.


Белой пеной пенится.

Руки мыть не ленился. (Мыло)


Ведущий: Лёг в карман и караулит «рёву», «плаксу» и «грязнулю».




Им утрёт потоки слёз,
не забудем и про нос. (Носовой платок)




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




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




Ведущий: 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)




Ведущий: 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)












Ведущий: Молодцы ребята, вы справились с загадками.
А теперь приступим к «Блицтурниру». Блицтурнир – это когда Мы будем задавать
вопросы, а Вы будете на них отвечать и рассказывать, почему вы так думаете.

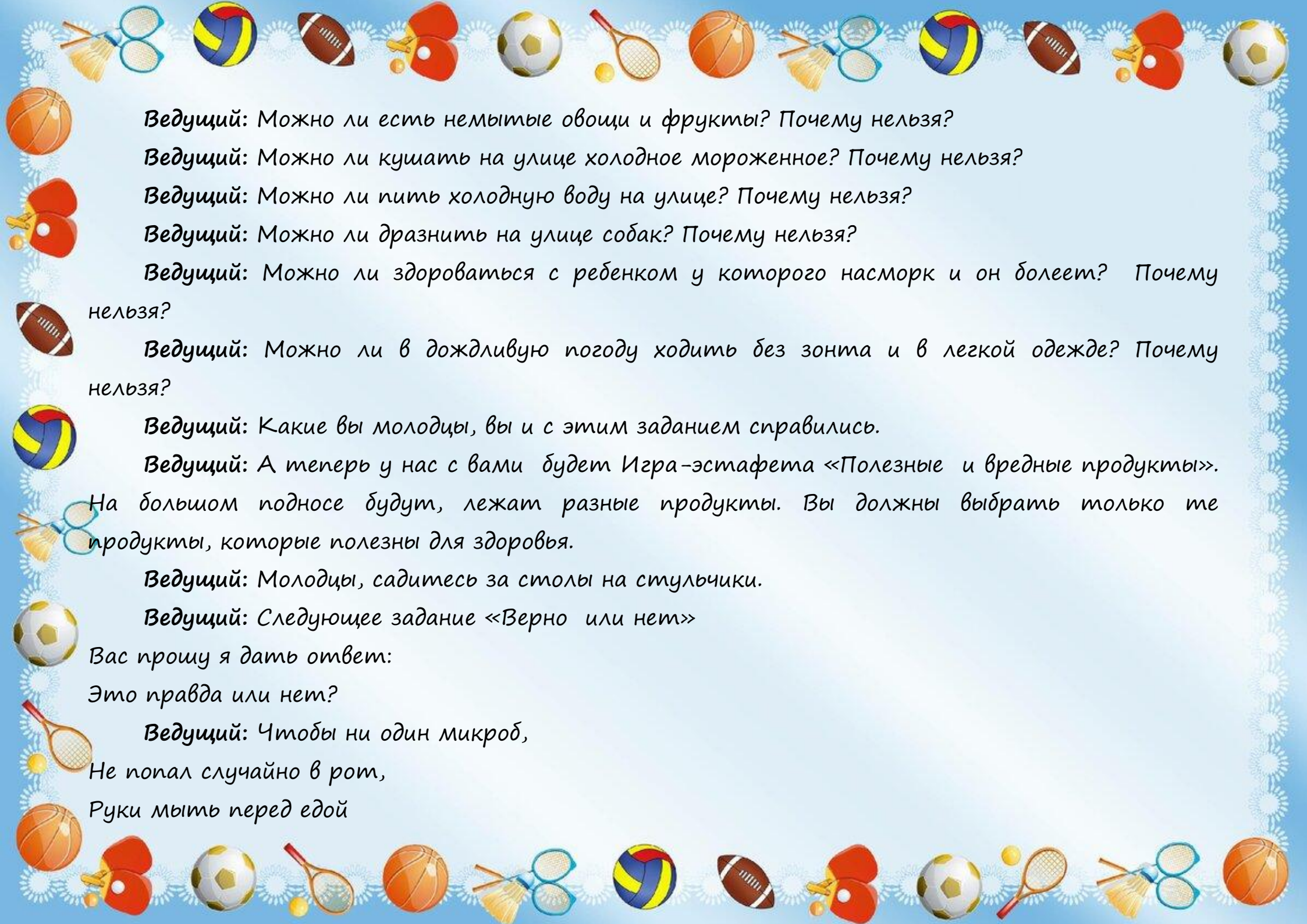


Ведущий: Можно ли грызть сосульки и облизывать снег? Почему нельзя?



Ведущий: Можно ли целый день смотреть телевизор? Почему нельзя?





Ведущий: Можно ли есть немытые овощи и фрукты? Почему нельзя?

Ведущий: Можно ли кушать на улице холодное мороженное? Почему нельзя?

Ведущий: Можно ли пить холодную воду на улице? Почему нельзя?

Ведущий: Можно ли дразнить на улице собак? Почему нельзя?

Ведущий: Можно ли здороваться с ребенком у которого насморк и он болеет? Почему нельзя?

Ведущий: Можно ли в дождливую погоду ходить без зонта и в легкой одежде? Почему нельзя?

Ведущий: Какие вы молодцы, вы и с этим заданием справились.

Ведущий: А теперь у нас с вами будет Игра-эстафета «Полезные и вредные продукты». На большом подносе будут, лежат разные продукты. Вы должны выбрать только те продукты, которые полезны для здоровья.














Ведущий: Молодцы, садитесь за столы на стульчики.

Ведущий: Следующее задание «Верно или нет»

Вас прошу я дать ответ:


Это правда или нет?

Ведущий: Чтобы ни один микроб,
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой



Нужно мылом и водой. (Верно)


Ведущий: Чтобы детям не хворать,



Надо целый день проспать. (Неверно)

Ведущий: Чтоб зимою не болеть,


На улице надо петь. (Неверно)



Ведущий: Если хочешь сильным быть,


Со спортом надобно дружить. (Верно)

Ведущий: От простуды и ангины




помогают витамины. (Верно)

Ведущий: Хочешь сильным крепким стать?
















Сосульки начинай лизать. (Неверно)


Ведущий: Так, и с этим заданием вы справились.



Ведущий: Приступаем к следующему конкурсу – эстафете «Чем с другом нельзя делиться?». У нас есть две команды, один ребенок из команды должен добежать до стола с преодолением препятствий (перешагнуть через предмет, пролезть в туннель, пройти по следам), из предложенных предметов выбрать те, с которыми нельзя делиться, они должны быть только индивидуальными (носовой платок, зубная щетка, расческа, полотенце, мочалка, плавки, сланцы для бассейна, и др.) и принести их своей команде.



Ведущий: Вот и подошла к завершению наша викторина.



Ведущий: Мы сегодня узнали, что нужно, для того чтобы быть здоровыми и как беречь свое здоровье. Что спорт это неотъемлемая часть жизни, как взрослого, так и ребенка. Мы надеемся, что вы всегда будете помнить и соблюдать правила здорового образа жизни. Будьте здоровы! А теперь давайте посчитаем, сколько флажков заработала каждая команда. Еще мы хотим подарить Вам подарить по скакалке, с помощью которых можно и стать сильными, ловкими.

Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить.

Нужно нам самим стараться,
И всё будет получаться.