**Викторина «Царство здоровья»**

**(для детей старшего дошкольного возраста)**

                                                          Подготовила: Ахматова Инзиля Кадимовна

**Задачи:**

-закреплять знания детей о том, как сохранить здоровье;

-обогащать словарный запас детей по спортивной тематике и ЗОЖ;

-формировать способности к импровизации и творчеству в двигательной деятельности;

-создавать положительный эмоциональный настрой, желание заниматься спортом;

-воспитывать целеустремленность, командные качества.

**Материал и оборудование:** компьютер, проектор, слайды с изображениями сказочных героев: Винни Пух, кот Леопольд, Красная Шапочка, Мойдодыр, Карлсон, Буратино; картинки «Виды спорта», 2 коробочки, фишки.

**Ход мероприятия**

**Ведущий:**  Здравствуйте, ребята!

Чтоб здоровье сохранить,

 Организм свой укрепить,

 Знает вся моя семья

 Должен быть режим у дня.

 Следует, ребята, знать

 Нужно всем подольше спать.

 Ну а утром не лениться–

 На зарядку становиться!

 Чистить зубы, умываться,

 И почаще улыбаться,

 Закаляться, и тогда

 Не страшна тебе хандра.

 У здоровья есть враги,

 С ними дружбы не води!

 Среди них тихоня лень,

 С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб

 Не попал случайно в рот,

 Руки мыть перед едой

 Нужно мылом и водой.

 Кушать овощи и фрукты,

 Рыбу, молокопродукты-

 Вот полезная еда,

Витаминами полна!

 На прогулку выходи,

 Свежим воздухом дыши.

 Только помни при уходе:

 Одеваться по погоде!

 Ну, а если уж случилось:

 Разболеться получилось,

 Знай, к врачу тебе пора.

 Он поможет нам всегда!

 Вот те добрые советы,

 В них и спрятаны секреты,

 Как здоровье сохранить.

 Научись его ценить!

Сегодня мы поиграем в игру «Царство здоровья». В начале я хочу представить вам наше жюри (*проговаривается имена жюри*). В игре участвуют 3 команды. Необходимо придумать название команд и девиз.

Каждому участнику команд раздается смайлик. Кто знает правильный ответ, тот поднимает свой смайлик. Кто первый правильно ответит – получает 2 балла.

1. Итак, первое **задание от Винни Пуха: Загадки о личной гигиене**, ЗОЖ.

  1. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я,

Белой пеной пенится,

 Руки мыть не ленится. (МЫЛО)

2. Лег в карман и караулит

 Реву, плаксу и грязнулю.

 Им утрет потоки слез,

 Не забудет и про нос. (НОСОВОЙ ПЛАТОК)

3. Мойдодыру я родня,

 Отверни-ка ты меня,

И холодною водою

 Живо я тебя умою. (КРАН)

4 Наше тело покрывает,

 От ненастья защищает.

 Будем чаще ее мыть,

 Чтобы нам красивей быть. (КОЖА)

5. Вот гора, а у горы

 Две глубокие норы.

 В этих норах воздух бродит,

То заходит, то выходит. (НОС)

 6. Красные двери

 В пещере моей,

 Белые звери сидят у дверей.

 И мясо, и хлеб- всю добычу мою –

 Я с радостью белым зверям отдаю!

  (ГУБЫ И ЗУБЫ)

7. Хожу – брожу не по лесам,

А по усам и волосам,

 И зубы у меня длинней

Чем у волков и медведей. (РАСЧЕСТКА)

8. В руки все меня берут

 И усердно тело трут.

Как приятно растереться

Я ребята…. (ПОЛОТЕНЦЕ)

9. В овощах и фруктах есть.  
Детям нужно много есть.  
Есть ещё таблетки  
Вкусом как конфетки.  
Принимают для здоровья  
Их холодною порою.  
Для Сашули и Полины  
Что полезно? – …

**2)Второе Задание от кота Леопольда:**

 - Задание об органах чувств. *Команды отвечают по очереди. За правильный ответ получают 3 балла*

 1. Какой орган определяет, что помидор красного цвета, а яблоко зеленого. (Глаза)

 2. Какой орган узнает, что комар больно кусается? (Кожа)

 3. Какой орган слышит, что мама зовет обедать? (Ухо)

 4. Какой орган чувствует, что с кухни пахнет пирожками? (Нос)

 5. Какой орган определяет, что огурец соленый, а лук горький? (Язык)

 6. Какой орган определяет, что налитый в стакан чай, очень горячий? (Кожа)

3)**Задание от Красной Шапочки «Посмотри и угадай!»**

Ну-ка дети не ленитесь,

Вы со спортом подружитесь.

*Вызывается один ребенок из каждой команды.* Каждому выдается иллюстрация с видом спорта. Надо показать движениями и жестами без слов, изображенный на иллюстрации вид спорта своей команде. Команды по очереди отгадывают. Если команда отгадывает, то **+4** балла.

**- Участники команд немного отдохнут, а болельщики поиграют.**

А)Игры с болельщиками.

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет? ( да- топаем, нет –не топаем)

Чтоб с микробами не знаться,

Надо дети закаляться. Правда!

 Никогда чтоб не хворать,

 Надо целый день проспать. Нет!

 Если хочешь сильным быть,

 Со спортом надобно дружить. Верно!

 Чтоб зимою не болеть,

 На улице надо петь. Нет!

И от гриппа, от ангины

 Нас спасают витамины. Верно!

Будешь кушать лук, чеснок-

Тебя простуда не найдет. Верно!

 Хочешь сильным крепким стать?

 Сосульки начинай лизать. Нет!

В)«Повторяй движения и слова»

Задание: повторять быстро движения за ведущим и произносить слова.

Руки к пяткам и к ушам.

На колени и к плечам,

В стороны, на пояс, вверх!

А теперь веселый смех!

Все мальчишки: «Ха-ха-ха!»

Все девчонки: «Хи-хи-хи!»

А все вместе: «Хо-хо-хо!»

**4) Задание от Мойдодыра**

Задание участникам: продолжить строки из стихотворения К. И. Чуковского «Мойдодыр».

*Команды отвечают по очереди. Если команда затрудняется ответить, то отвечает другая команда. За правильный ответ получают 5 балла*

1. У тебя на шее вакса, у тебя под носом клякса.

У тебя такие руки,………(Что сбежали даже брюки…).

2. Одеяло убежало, улетела простыня……(А подушка как лягушка, ускакала от меня…).

3.Надо, надо умываться по утрам и вечерам…..(А нечистым трубочистам стыд и срам…).

4. Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое…(И зубной порошок и густой гребешок…).

5.И в ванне, и в бане, всегда и везде… (Вечная слава воде!).

6. Я - Великий Умывальник,  
Знаменитый Мойдодыр,  
Умывальников Начальник….(И мочалок Командир!)

**5) Задание от Карлсона «Здоровое питание»**

1 команда. Как называются эти продукты? Какой из этих продуктов предпочтительнее употреблять в пищу?

2 команда.

**Итог викторины**

- Молодцы, хорошо поиграли. Давайте теперь подведем итоги (подсчет балов). Поощрение: вручение грамот.

Я желаю вам, ребята,

Быть здоровыми всегда,

Но добиться результата

Не возможно без труда.

Постарайтесь не лениться,

Каждый раз перед едой

Прежде чем за стол садиться,

Руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь

Ежедневно по утрам.

И конечно закаляйтесь,

Это так поможет вам всегда.

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда,

На прогулки в лес ходите

Он вам силы даст, друзья.

-На этом игра «Царство здоровья» подошла к концу.

 -До новых встреч!