**Викторина в подготовительной группе**

**«В здоровом теле-здоровый дух»**

**Цели**:

* формировать стремление к здоровому образу жизни;
* развивать сенсомоторные навыки, внимание, память, мыслительную деятельность детей и способность к умозаключениям;
* развивать умения самостоятельно пользоваться полученными знаниями; совершенствовать эмоциональную лексику;
* закрепить правила безопасного поведения;
* формировать стремление к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1. Развивать сенсомоторные навыки, внимание, память, мыслительную деятельность детей и способность к умозаключениям.

2. Развивать умения самостоятельно пользоваться полученными знаниями.

3. Совершенствовать эмоциональную лексику.

4. Закрепить правила безопасного поведения.

5. Воспитывать чувство товарищества и взаимопомощи.

6. Вызывать у детей радостное, бодрое настроение.

**Ход мероприятия:**

**Ведущий.** Здравствуйте, дорогие друзья! Мы часто слышим: *«Будьте здоровы»*, *«Не болейте»*, *«Желаю здоровья»*. Часто ли мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем для того, чтобы быть здоровыми?

**Ведущий.** Мы начинаем игру: "Как быть здоровым". Поприветствуем команды: "Витаминки" и "Улыбки". Команды представьтесь друг другу, гостям.

1. Мы - команда *«Витаминки»*

Мы на встречу к вам пришли.

И смекалку и уменье

Мы с собою принесли.

2. Мы – *«Улыбочки»*, друзья,

Нам проиграть никак нельзя.

С вами мы сразимся,

Так просто не сдадимся.

**Ведущий.** Послушайте правила нашей игры: задания будут даваться командам, за каждое правильно выполненное задание вы будете получать мешочек здоровья. *(показать)*. Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку.

1. **Игра «Да и Нет»**

Каша – вкусная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? *(Да)*

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? *(Нет)*

Щи – отличная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? *(Нет)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? *(Нет)*

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

А раз полезная еда –

Будем мы здоровы? *(Да)*

1. **Вредные и полезные продукты.**

*Одна команда собирает картинки с полезными продуктами, другая команда - картинки с вредными продуктами.*

Полезные (каша, орехи, капуста, рыба, морская капуста, молоко, горох, яблоко, йогурт)

Вредные (картофель фри, кока- кола, чупа-чупс, сухарики, чипсы, поп корн, жевательная резинка, фанта)

1. **«Знаю ли я себя?»**
2. Назови орган слуха. (Уши)
3. На ночь два оконца
4. Сами  закрываются.

А с восходом солнца

Сами открываются. (Глаза)

1. Чего у тебя по пять? (Пальцев)
2. Назови орган зрения. (Глаза)
3. Всегда во рту, а не проглотишь. (Язык).
4. Назови орган дыхания. (Нос)
5. Чего у тебя много? (Волос, ресничек)
6. Для чего нужен нос? (Дышать, нюхать)
7. Ношу их много лет, а счета не знаю.(Волосы)
8. Что лишнее: рот, нос, книга, глаза? (Книга)
9. Для чего нужны глаза? (Смотреть, наблюдать)
10. Самая верхняя часть тела. (Голова)

**Физминутка**

А теперь на месте шаг.

Выше ноги! Стой, раз, два! (Ходьба на месте.)

Плечи выше поднимаем,

А потом их опускаем. (Поднимать и опускать плечи.)

Руки перед грудью ставим

И рывки мы выполняем. (Руки перед грудью, рывки руками.)

Десять раз подпрыгнуть нужно,

Скачем выше, скачем дружно! (Прыжки на месте.)

Мы колени поднимаем —

Шаг на месте выполняем. (Ходьба на месте.)

От души мы потянулись, (Потягивания — руки вверх и в стороны.)

И на место вновь вернулись. (Дети садятся.)

1. **«В здоровом теле, здоровый дух»**

Продолжить пословицы по очереди, если одна команда не ответила, отвечает другая.

1. В здоровом теле, *(здоровый дух)*

2. Голову держи в холоде, *(а ноги в тепле)*

3. Заболел живот, держи *(закрытым рот)*

4. Быстрого и ловкого *(болезнь не догонит)*

5. Землю сушит зной, человека *(болезни)*

6. К слабому и болезнь *(пристает)*

7. Поработал *(отдохни)*

8. Любящий чистоту – *(будет здоровым)*.

**Ведущий.** А теперь конкурс-эстафета

1. **«Чем с другом нельзя делиться?»**

Добежать до стола с преодолением препятствий (перешагнуть через предмет, пролезть в обруч, 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.** Следующее задание

1. **«Заморочки из бочки»**

*(вопросы из бочонка вытаскивают гости и задают их командам, чья команда больше ответит на вопросы, та и получит мешочек)*

1. В какой стороне тела находится сердце?

2. Если вам необходимо позвонить в милицию, какой номер вы наберете?

3. Если человек сильно болен, что он принимает?

4. Какой орган тела принимает звуковые сигналы?

5. 5. Что нужно сделать после приема пищи?

6. Какого цвета кровь?

7. Можно ли дразнить на улице собак? Почему?

8. Вы пришли в лес. Как надо себя вести? Что нельзя делать в лесу?

9. По какому номеру телефона мы звоним в *«скорую помощь»*?

10. У человека много друзей, но главные: солнце, воздух и?

**Ведущий:**

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой моя речь,

Я желаю всем здоровья,

До счастливых новых встреч!

Ребята, вы очень много знаете о здоровом образе жизни. Все молодцы! Победила дружба! Всем вручаются медали ЗОЖ!