**Конспект проведения интеллектуальной игры в старшей группе**

Тема: «Я **здоровье берегу**, **быть здоровым я хочу**»

Цель: Закрепить с воспитанниками знания о том, как заботиться о своём **здоровье**;

Задачи: Формировать привычки **здорового образа жизни**. Развивать внимание, память, способность к умозаключениям. Воспитывать у детей стремление **быть здоровым**.

Материал и оборудование::

Эмблемы команд;

Картинки продуктов *(полезные и вредные для****здоровья****)*;

2 плаката с изображением зубов *(один весёлый, другой грустный)*;

Картинки спортивного инвентаря;

2 обруча, 2 мяча, воротца;

Фрукты.

Ход игры.

Ведущий: День необычный сегодня у нас,

Мы искренне рады приветствовать вас!

Для умной игры собралась детвора,

Игру начинать нам настала пора!

Выходят две команды с эмблемами.

Первая команда *«Крепыши»*, вторая – *«Румяные щёчки»*.

Ведущий: Внимание! Внимание! Мы начинаем нашу игру . Ребята– это игра весёлых и находчивых. И тема нашей игры «Я **здоровье берегу**, **быть здоровым я хочу**». 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 – *«Крепыши»* и команда - *«Румяные щёчки»*. Так как каждый из вас находится в команде, вам понадобится находчивость, смекалка, и, конечно, взаимовыручка.

Ведущая: А теперь, я предоставляю слово капитанам команд. Они представят свои команды.

1-я команда *«КРЕПЫШИ»*.

Капитан: Наша команда

Дети: *«Крепыши»*

Капитан: Наш девиз:

Дети: Посмотрите Вы на нас: Все ребята высший класс.

Любим мы играть, резвиться,

Песни петь и веселиться.

2-я команда *«Румяные щечки»*.

Капитан: Наша команда

Дети: *«Румяные щечки»*

Капитан: Наш девиз:

Дети: **Здоровыми**, румяными хотим мы **быть всегда**.

Поэтому, друзья у нас - солнце, воздух и вода!

Ведущая: Вот мы и познакомились, пора начинать наш КВН. Представляю наше уважаемое жюри… Оно будет оценивать ваши ответы.

Обращение к жюри:

Жюри не судите нас слишком строго,

Мы знаем для нашего возраста достаточно много.

Ведущий: И так, мы начинаем, сначала поиграем. Правила такие. Я буду задавать вопросы. Если ребята согласны, то должны присесть, а если нет, то хлопают в ладоши.

Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

• Чтоб с микробами не знаться,

Надо дети закаляться. Правда! *(правда – присели)*.

• Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать. Нет! *(нет – похлопать в ладоши)*

• Если хочешь сильным **быть**,

Со спортом надобно дружить. *(правда- присели)*

• Чтоб зимою не болеть,

На улице надо петь. *(нет - хлопнуть в ладоши)*

• От гриппа, от ангины

Нас спасают витамины. *(правда - присели)*

• Смотри больше телевизор,

Обязательно тогда

Станут зоркими глаза *(нет - хлопнуть в ладоши)*.

• Будешь кушать лук, чеснок —

Тебя простуда не найдет. *(правда - присели)*

• Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать. *(нет - хлопнуть в ладоши)*

Ведущий: Команды, занимайте свои места.

1 конкурс *«Разминка»*

Ведущий: Чтобы **быть** в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку. Для каждой команды приготовлены вопросы. Вы можете совещаться, обсуждать варианты ответов.

Вопросы для команды *«Крепыши»* :

1. Можно ли грызть сосульки? Почему нельзя?

2. Для чего надо делать зарядку?

3. К какому врачу нужно обратиться, если у вас заболел зуб?

4. По каким признакам можно определить, что человек простудился?

5. Какие правила нужно выполнять, чтобы **сберечь своё зрение**?

6. В каком произведении Корнея Чуковского встречаются эти строки:

«… Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам –

Стыд и срам!

Стыд и срам.»?

Ответ: *«Мойдодыр»*.

Вопросы для команды *«Румяные щёчки»* :

1. У человека может **быть много друзей**, но главные: солнце, воздух …. *(вода)*

2. Можно ли целый день смотреть телевизор? Почему нельзя?

3. Что нужно делать, чтобы не заболеть гриппом?

4. Расскажите, как нужно правильно ухаживать за зубами?

5. Что нужно делать, чтобы не позволить микробам проникнуть в организм?

6. Вспомните героиню мультфильма, от которой сбежала посуда, а потом вернулась?

Ответ: Федора.

2 конкурс *«От простой воды и мыла у микробов тают силы»*

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.

Загадки для команды *«Крепыши»*

1. Ускользает как живое, но не выпущу его я.

Белой пеной пенится. Руки мыть, не лениться. *(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 служит. *(Зубная щетка)*

Загадки для команды *«Румяные щёчки»*

1. Хожу-брожу не по лесам, а по усам и волосам.

И зубы у меня длиннее, чем у волков и медведей. *(Расчёска)*

2. Дождик теплый и густой:

Этот дождик не простой,

Он без туч, без облаков,

Целый день идти готов. *(Душ)*

3. Мягкое, пушистое

Беленькое, чистое.

В душ его возьму с собой

Буду чистый и сухой. *(Полотенце)*

Ведущий: Слово предоставляем жюри.

3 конкурс *«Необычный футбол»*.

Ведущий: Нет игры на белом свете

Веселее, чем футбол!

Любят взрослые и дети

Забивать в ворота гол!

Следующий наш конкурс называется *«Необычный футбол»*.

Мы будем забивать голы в ворота необычным способом. Нужно положить мяч в круг и сильно подуть, чтобы мяч попал в ворота. Дуть можно только один раз, вернуть и передать эстафету другому. *(команды соревнуются)*

Ведущий: Ребята, а кто ответит для чего нужно такое необычное упражнение, поднимайте руки. *(для развития дыхания)*

Игра для младшей **группы***«Перенеси фрукты, овощи»*

Ведущий: Слово предоставляем жюри.

4 конкурс капитанов *«Назови вид спорта»*.

Ведущий: Я показываю карточку с изображением вида спорта. Вы должны назвать, как называется этот вид спорта.

Физминутка *«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!»*

5 конкурс *«Полезная и вредная еда»*

Ведущий: На подносе лежат картинки с разными продуктами. Команда *«Крепыши»* выбирает только те, которые полезны для зубов и прикрепляет к плакату с изображением весёлого зуба. Команда *«Розовые щёчки»* выбирает продукты, вредные для зубов и прикрепляет к плакату с изображением грустного зуба.

Ведущий: Команды, готовы? (Проверяю картинки на плакате у команды *«Крепыши»*).

Ведущий: Вопрос команде *«Крепыши»*.

- Могут ли овощи и фрукты **быть** вредными для организма? Почему? *(Если есть их не помытыми и ещё могут содержать нитраты)*.

Если мы будем правильно питаться, то будем **здоровыми**, хорошо выглядеть.

(Проверяю картинки на плакате у команды *«Румяные щёчки»*).

Ведущий: Вопрос команде *«Румяные щёчки»*.

- Какие два условия нужно выполнять, чтобы правильно питаться? *(Разнообразие, умеренность)*.

Ведущий: - Я думаю, что вы будете ухаживать за вашими зубами и правильно питаться, чтобы ваши зубки всегда были **здоровыми и белыми**.

Ведущий: Слово предоставляем жюри.

Ведущий: Ребята, а теперь пусть каждый участник ответит на вопрос: *«Что значит****быть здоровым****?»* *(Ответы детей)*

- А что такое ЗОЖ? *(Ответы детей)*

Ведущий: А сейчас мы с вами проведём самомассаж *«Неболейка»*.

Чтобы горло не болело, мы погладим его смело,

Чтоб не кашлять, не чихать будем носик растирать.

Лобик то же разотрём. Ладонь поставим козырьком.

Разотрём ладошки – сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем - смелее, смелее!

Ушки мы теперь потрём и **здоровье сбережём**!

Ведущий:- Ребята, назовите пословицы и поговорки про **здоровье**.

Музыкальный конкурс

Кто спортом занимается,

С болезнями не знается.

Приглашаю всех на ритмичную гимнастику.

Дети выполняют комплекс ритмической гимнастики.

Итог.

Ведущий: Подошла к концу наша игра. Сегодня вы были молодцами, показали хорошие знания, которые вам пригодятся в дальнейшем.

Подведение итога конкурса. Слово жюри. Вручение призов *(фрукты)*.

 Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех!