Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад общеразвивающего вида «Рябинка»

**Викторина «Школа здорового образа жизни»**

**для детей старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет)**

*Образовательная область: «Здоровье»*

**Воспитатели:** Дейнега О. М.

Чернова С. А.

г. Новый Уренгой – 2013года

**Викторина «Школа здорового образа жизни»**

**для детей старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет)**

**Дата проведения:** 8 ноября 2013 года.

**Актуальность**

    Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек ЗОЖ. Вот почему в детском саду  следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническими навыками, вырабатывать устойчивую привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и здоровья окружающих.

Именно поэтому  в детском саду, где любая  деятельность (учебная, спортивная, досуговая,  и др. ) будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у них привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

    Вашему вниманию представлена Викторина «Школа здорового образа жизни».

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни среди дошкольников.

**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;
* Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

Выход детей под спортивный марш (М. Протасов).

*Ведущий.*

Здоровья день, день красоты,

Его все любят – я и ты.

И все вокруг твердят всегда:

«Здоровым быть – вот это да!»

**«Прочти народное изречение»**

Я начну, а вы кончайте,

Дружно хором отвечайте!

Холода не бойся, сам по пояс…….(мойся).

Больной лечись, а здоров………(берегись).

В здоровом теле, ……….(здоровый дух).

Солнце, воздух и вода …….. (наши верные друзья).

Кто спортом занимается, тот силы ……….(набирается).

Здоровье дороже ……. (богатства).

 Отдай спорту время, а взамен получи ……. (здоровье).

**«Уроки физкультуры»**

Все движенья с физкультурой принесут здоровья вам.

Про лекарства ты забудешь, выполняй команды сам!

Дети бегают в рассыпную, услышав один хлопок воспитателя – строятся в колонну, два хлопка – строятся в шеренгу.

**«Спортивная викторина»**(две команды).

Пусть первым будет тот,

Кто со спортом живет!

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку)

2. Как зовут спортсмена, катающегося на коньках под музыку? (фигурист)

3. Сколько команд играют в хоккей? (2 команды)

4. Сколько человек в футбольной команде? (11 человек)

5. Как зовут людей, которые зимой катаются в проруби? (моржи)

6. Как называется спортивный снаряд, которым спортсмены играют клюшками? (шайба)

7. Где пройдет  Олимпиада в 2014 году? (Сочи)

8. В каком виде спорта натирают лед? (керлинг)

9. Вид спорта на доске? (сноуборд)

10. Дорожка лыжника?  (лыжня)

11. Детский зимний транспорт? (санки)

12. Коньки на лето? (ролики)

13. Родина Олимпийских игр? (Греция)

14. Что собой представляет Олимпийская эмблема? (5 колец)

**«Посмотри и угадай!»**

Ну-ка дети не ленитесь,

Вы со спортом подружитесь.

Воспитатель показывает иллюстрацию с видом спорта. Один ребёнок показывает движениями и жестами без слов,  изображенный на иллюстрации вид спорта, все дети отгадывают.

**«В гости к Мойдодыру»**

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

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. Ты один не умывался и грязнулею остался, и сбежали от грязнули и ………..( и чулки, и башмаки).

**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!»*

Дети садятся на свои места. Воспитатель загадывает загадки о туалетных принадлежностях.

1.Я увидел свой портрет.

Отошел – портрета нет.

И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,-

А любому правду скажет-

Все как есть ему, покажет.  (Зеркало)

2. Вот такой забавный случай!

Поселилась в ванной – туча.

Дождик льется с потолка

Мне на спину и бока.

До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый.

На полу не видно луж.

Все ребята любят ….(Душ)

3. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится!    (Мыло)

4. Хожу, брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и мышей.   (Расческа)

5. Резинка – Акулинка

Пошла гулять по спинке.

А полка она гуляла,

Спинка розовая стала.   (Мочалка)

6. Я не море и не речка,

Я не озеро, не пруд,

Но как утро или вечер –

Люди все ко мне бегут.   (Ванна)

7. Серебряная труба,

Из тубы – вода,

Вода бежит и льется

В белизну колодца,

На трубе – два братца,

Сидят да веселятся.

Один в кафтане красном,

Второй – в голубом,

Оба друга – брата

Заведуют водой.  (Умывальник)

8.Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит.  (Зубная щетка)

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощания.

Будет краткой моя речь.

Говорю всем: «До свидания!

До счастливых новых встреч!».

А теперь приглашаем вас на ритмическую дискотеку.

По комлексно – тематическому планированию период с 21. 10. 13г. по 08.11.13г. работали над темой ***«Я вырасту здоровым».*** Придерживались следующих задач: расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Формировать положительную самооценку. Закреплять знание домашнего адреса и телефона, имен и отчеств родителей, их профессий. Расширять знания детей о самих себе, о своей семье, о том, где работают родители, как важен для общества их труд.

Итоговым мероприятием стала викторина **«Школа здорового образа жизни»** **для детей старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет)**, в ходе которой воспитанники продемонстрировали свои знания о здоровом образе жизни людей. Дети смогли рассказать пословицы о ЗОЖ; отвечали на вопросы о предстоящей олимпиаде, о различных видах спорта; показали свои физические способности в спортивной игре; отгадывали загадки о туалетных принадлежностях.

Таким образом, приобщая детей к культуре здорового образа жизни в  нашей группе детского сада, я думаю, нам удалось закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить свое здоровье, воспитать стремление вести здоровый образ жизни, обогатить словарный запас детей по спортивной тематике и ЗОЖ.

***ЛИТЕРАТУРА:***

1. Агапова И., Давыдова М. Лучшие игры и развлечения со словами.  М., 2006

2. Давыдопова М. А. Спортивные мероприятия для дошкольников. М., 2007

3. Моргунова О.Н. Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ Воронеж, 2007

4. Сизова Н. О. Валеология. Конспекты комплексных занятий в детском саду (от 3 до 7 лет). СПб., 2008

5. Сысоев В. Д. Здоровье всего дороже.  Пословицы и поговорки.  М., 2007

6. арченко Т. Е. Физкультурные праздники в детском саду. СПб.,  2011

7. Чуковский К. И. Мойдодыр.  М., 2009