

ИГРА – ВИКТОРИНА **«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ!»**

Для детей подготовительной группы

Цель игры: Проводить пропаганду здорового образа жизни, сформировать представление о том, что здоровье – главная ценность в жизни человека, научить ребенка осознанно заботиться о своем здоровье, знать правила гигиены, воспитывать привычку следить за своим внешним видом, формировать представление о профессии врача, воспитывать уважительное отношение друг к другу, развивать память, смекалку, мышление, внимание.

Ход игры

Воспитатель:

Давным–давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить людьми планету Земля. Стали решать... Каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие за высокие горы. А один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живет с давних времен человек, пытается найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов!

Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в тебе, в каждом из нас. Сегодня ребята, мы проведем игру-викторину «Если хочешь быть здоров»

Воспитатель:

Для команд подготовительной группы приготовлены конкурсы, за каждое правильно выполненное задание конкурса команда получает один жетон. В конце игры подсчитаем жетоны и определим победителя.

1 конкурс «Разминка»

Игра «Да или 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 гряды.
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)

2 Конкурс – загадок “ О средствах личной гигиены ”

1. Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится.

(Мыло)

2. Пластмассовая спинка, жесткая щетинка, с зубной пастой дружит, нам усердно служит.

(Зубная щетка)

3. Вытираю я, стараюсь, после ванной паренька, все намокло, все измялось – нет сухого уголка.

(Полотенце)

4. Маленькая Акулинка пошла гулять по спинке и пока она гуляла спинка розовая стала.

(Мочалка)

5. Хожу – брожу не по лесам, а по усам, по волосам. И зубы у меня длинней. Чем у волков, у медведей.

(Расческа)

6. И сияет, и блестит, никому оно не льстит, а любому правду скажет – все как есть ему покажет.

(Зеркало)

7. Хвостик из кости, на спинке – щетинка. Эта вещь поможет нам чистить брюки и кафтан.

(Щетка)

8. Лег в карман и караулю реву, плаксу и грязнулю им утру потоки слез, не забуду и про нос.

(Носовой платок)

3 Конкурс “ Эрудит ”

Воспитатель:

- Какую помощь надо оказать человеку, если у него болят зубы?
(Отправить к стоматологу)
- Какие органы помогают нам узнать, что трава зеленая, а помидор красный?
(Органы зрения – глаза)
- С помощью каких органов, мы узнаем, что нас зовут обедать?
(С помощью органов слуха – ушей)
- По каким признакам можно определить, что человек простудился?
(Кашель, чихание, насморк, боль в горле, першение, слезотечение, высокая температура, слабость, ломота в теле)
- По каким признакам можно узнать, что человек ушиб колено?
(Течет кровь, колено опухло, болит, повреждена кожа, трудно наступать на ногу)
- Как вести себя, чтобы не позволить микробам проникнуть в организм?
(Соблюдать гигиену, чистоту, часто проветривать помещение, закаляться)
- Как правильно ухаживать за зубами?
(Чистить утром и вечером перед сном. После еды полоскать рот водой)
- Как нужно готовиться ко сну?
(Перед сном почистить зубы, принять душ, одеть пижаму и лечь спать)
- Как человек выражает радость?
(Улыбается, веселится, смеется)
- Как нужно одеваться в разные времена года?
(Одеваться по погоде)
- Расскажите, как надо закаляться?
(Гулять в любую погоду, не носить слишком теплой одежды, принимать душ, окатывать себя холодной водой, полоскать рот прохладной водой, делать гимнастику, спать с открытой форточкой)

Динамическая пауза

4 Конкурс " Какой из органов чувств нам помогает об этом узнать? "

(Глаза, Нос, Рот, Уши, Кожа)

- белый, блестящий, темный;
- душистый, ароматный, запах;
- горький, сладкий, соленый;
- стучит, кричит, пищит;
- колючий, больно, горячо.

5 Конкурс «Отвечайте хором»:

Прежде, чем советы дать отгадайте вы секреты. Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте:

- Чтоб здоровым, чистым быть – нужно руки *(С мылом мыть)*
- Ежедневно закаляйся, водой холодной *(Обливайся)*
- Не болеет только тот, кто здоров и любит *(Спорт)*
- Защищаться от ангины нам помогут *(Витамины)*
- Здоровье в порядке, спасибо *(Зарядке)*

Награждение команд.