Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №60 «Теремок»

***Конспект досуга в старшей группе***

**«Я хочу быть здоровым» (игра-викторина)**

**Выполнила:** воспитатель  
Борисова Людмила Николаевна

гор.Мытищи, Московская область  
2020 г.

**Игра – викторина «Я хочу здоровым быть»**

***Цель*.** Содействовать пониманию детьми, что главное в жизни человека – это здоровье.

***Задачи:***

**1)** Продолжить обучение работе в команде: совместное обсуждение заданий, принятие решения, кто будет отвечать, какой ответ принять за правильный.

**2)** Уточнить знания об овощах, фруктах, органах чувств (зрения, слуха и т.д.

**3)** Закрепить знания о здоровье, условиях его сохранения и укрепления.

**4)**Развить умение формулировать ответы на вопросы.

**5**) Воспитать внимательное, доброжелательное отношение друг к другу, умение сопереживать.

***Оборудование и материал:*** 2 стола, стулья по количеству детей в каждой команде; фишки, косынки двух цветов, призы.

**Ход занятия**

***1. Подготовительный этап.***

Мы сегодня предлагаем вам принять участие в игре-викторине. Где вы сможете проявить свой ум, смекалку, сообразительность, находчивость.

Сегодняшняя наша игра-викторина посвящена здоровью и здоровому образу жизни.

«Здоровый образ жизни» - что это? Как вы это понимаете? (ответы детей)

Здоровье – это одна из главных ценностей человеческой жизни.

Слабое здоровье, болезни – причина плохого настроения. Каждый должен помнить о своем здоровье, беречь и укреплять его.

Чтобы начать нашу игру надо разделиться на две команды.

У меня в мешочке фишки красного и синего цвета: каждый из вас достанет из мешочка фишку и узнает, в какой команде он будет.

Синие фишки – «Витаминки», красные – «Апельсинки»

*(Дети по очереди достают фишки, делятся на команды. Каждая команда имеет свой девиз и отличительный знак – косынки разного цвета.)*

Наша игра будет проходить в 5 туров: в каждом туре командам будут заданы разные вопросы. За каждый правильный ответ присуждается 1 балл (фишка). В конце тура подсчитываются фишки, и команда, у которой их больше, получает 1 звездочку. Побеждает та команда, у которой окажется больше звездочек.

*Правила нашего турнира:*

* *Выслушать внимательно задание*
* *Обсудить задание с командой*
* *Один человек из команды отвечает на вопрос*
* *За нарушение правил, команда штрафуется на 1 фишку*

***2. Основной этап.***

*В группе стоят два стола на некотором расстоянии, чтобы команды не мешали друг другу. На столе эмблема команды.*

*Команды входят в группу и встают напротив друг друга.*

***Приветствие команд***

**1я команда.**

Соперники, соперницы,

Приветствуем мы вас,

Хотите, - будьте первыми,

Но только после нас!

**2я команда.**

Привет, соперники-друзья!

Задора в нас не меньше.

Если победу поделить нельзя,

То пусть победит сильнейший!

***Девизы команд***

**«Витаминки»**

Никогда не унываем

И улыбка на лице.

Потому что принимаем

Витамины А, В, С!

**«Апельсинки»**

Золотые апельсинки –

Это солнца витаминки.

Это шутки, это смех,

Это радость и успех!

*Команды рассаживаются за столами.*

Перед началом нашей игры мы проведем небольшую разминку.

У нашего здоровья немало добрых и верных друзей.

Можете вы их назвать?

*(Солнце, воздух и вода – наши верные друзья!*

*Здоровье в порядке – спасибо зарядке!*

*Чистота – залог здоровья.*

*Режим дня – правильное чередование различных видов занятий и отдыха, питания и соблюдения правил личной гигиены.)*

**1 тур – «Какой я?»**

1. Назови орган слуха.

*(Уши.)*

1. Загадка:

На ночь два оконца

Сами закрываются,

А с восходом солнца

Сами открываются.

*(Глаза.)*

3. Чего у тебя по пять?

*(Пальцев.)*

1. Назови орган дыхания.

*(Нос.)*

2. Загадка:

Если б не было его,

Не сказали бы ничего.

*(Язык.)*

3. Чего у тебя по одному?

*(Голова, нос, язык, и т.д.)*

***Подведение итогов 1 тура***

**2 тур – «Здоровое питание»**

*(По одному вопросу каждому участнику команды.*

**Вопросы первой команде:**

1. Что делают из молока?

*(Кефир, творог, сметану, масло, сыр…)*

2. Что лишнее: картофель, яблоко, огурец, капуста? Почему?

*(Яблоко. Яблоко – фрукт, а не овощ.*

3. Сок из винограда, какой?

*(Виноградный.)*

4. Третье блюдо на обед.

*(Компот)*

5. Банан, апельсин, груша, яблоко – это… *(фрукты).*

6. Суп из молока какой?

*(Молочный.)*

7. Что можно приготовить из овощей?

*(Салат, винегрет, щи и т.д.)*

8. Когда мы завтракаем?

*(Утром.)*

9. Котлеты жарят, а суп… *(варят).*

10.Назови вредные продукты.

*(Конфеты, чипсы, газировка и т.д)*

**Вопросы второй команде:**

1. Что делают из муки?

*(Хлеб, пироги, блины, печенье и т.д.)*

2. Что лишнее: яблоко, огурец, банан, груша?

*(Огурец. Огурец – овощ, а не фрукт.)*

3. Сок из сливы, какой?

*(Сливовый.)*

4. Первое блюдо на обед.

*(Суп.)*

5. Капуста, морковь, картофель, лук – это…

(*овощи).*

6. Суп из рыбы, какой?

*(Рыбный.)*

7. Что можно приготовить из фруктов?

*(Компот, сок, варенье, повидло и т.д.)*

8. Когда мы ужинаем?

*(Вечером.)*

9. Пироги пекут, а компот…  
*(варят).*

10. Назовите полезные продукты.

*(Молоко, овощи, фрукты и т.д.)*

***Подведение итогов 2 тура***

***Физкультминутка***

Так решили мы, ребята,*Ходьба на месте.*

Отдохнуть немного надо. *Потягивание, руки вверх.*

Кто умеет приседать? *Поднимание плеч.*

Нам не надо помогать. *Приседания.*

А теперь – глубже дышать, *Руки вверх, глубокий вдох.*

Своим друзьям – не мешать. *Погрозить друг другу пальцем.*

**3 тур – «Литературный»**

1.Продолжи пословицу: «Солнце, воздух и вода - …*(наши лучшие друзья).*

2. «Он под деревом сидит – добрый …*(доктор Айболит).*

3. Кто написал стихотворение «Мойдодыр»?

*(К И. Чуковский.)*

1. Продолжи пословицу: «Здоровье в порядке …*(спасибо зарядке).*

2. «Умывальников начальник и мочалок командир…*(Мойдодыр).*

3. Кто написал сказку «Доктор Айболит»? *(К И. Чуковский.)*

***Подведение итогов 3 тура***

**4 тур – «Логическая цепочка»**

1. Скажи наоборот: грязный - *… (чистый).*

2. Кто старше: мама или бабушка? *(бабушка).*

3. Песок сыплют, а воду*…(льют).*

1. Что лишнее: лыжи, санки, ролики, коньки? *(Ролики. Ролики – летний спортивный инвентарь).*

2. Кто старше: мама или дочка? *(мама)*

3. Скажи наоборот: Вредно - *…(полезно).*

***Подведение итогов 4 тура.***

**5 тур – заключительный**

**«Неболейка»**

1. Продолжи пословицу: «Чистота – залог … *(здоровья)».*

2. Оля весело бежит к речке по дорожке,

А для этого нужны нашей Оле … *(ножки).*

3. Как называется игра ногами в мяч?»

4. Сыграйте в игру «Ровным кругом».

5. Кто лечит больных детей? *(Врач, доктор.)*

1. Продолжи пословицу: «Землю сушит зной, а человека … *(болезнь)».*

2. Оля ягодки берет по две, по три штучки,

А для этого нужны нашей Оле *…(ручки).*

4. Сыграйте в игру «Колпачок».

5. Кто лечит больных животных? *(Ветеринар).*

***Подведение итогов 5 тура***

***3.*** ***Заключительный этап***

***Подведение итогов викторины, награждение участников.***