

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад №280 комбинированного вида»**

Сценарий семейной викторины

«Слагаемые здоровья»

(дети старшего дошкольного возраста)

**Выполнила:
Инструктор ФК Капранова О.Н.**

Новосибирск, 2019г.

Цель: Пропаганда и закрепление представлений детей о здоровом образе жизни через совместную деятельность с родителями.

Задачи:

- ✓ Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни, подвести к пониманию того, что каждый человек должен заботиться о своем здоровье с детства.
- ✓ Развивать самостоятельность, доброжелательное отношение к сверстникам во время игры, умение взаимодействовать, договариваться.
- ✓ Воспитывать волю к победе, любознательность, познавательную активность.

Оборудование: экран, мольберт, музыкальный центр, столы на которых выложены задания для команд, «составляющие здоровья» (пазлы для плаката), кроссворды, конверты с загадками, пословицами и другими заданиями, оценочные листы для команд, эмблемы.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Здравствуйте, уважаемые взрослые! Мы рады видеть вас сегодня в нашем зале!

-Хорошо, когда с утра

Начинается игра!

Смех, веселье, беготня,

Когда играет ребятня.

Позавидуешь детишкам:

И девчонкам, и мальчишкам.

Взрослым хочется играть,

Да нужно меру соблюдать.

Но сегодня день особый,

Собрались мы неспроста.

И у взрослых, и у взрослых,

Начинается игра! *(звучит музыка)*

Ведущий:

В прошедшее воскресенье - 7 апреля, отмечался Всемирный праздник - День здоровья. Этот день, как правило, служит поводом для проведения различных мероприятий - игр, конкурсов, фестивалей, где активно высказываются за ведение ЗОЖ. И сегодня мы предлагаем вам принять участие в познавательной викторине, которую мы назвали «Слагаемые здоровья».

Оценивать вас будет компетентное жюри, в состав которого входят ...
(представляются члены жюри).

Члены жюри: С началом викторины мы всех поздравляем, удачно выступить от всей души желаем!!

Ведущий: Приглашаю команды занять свои места (подходят к своим столикам)

Ведущий: Начинаем нашу викторину с творческого задания - представления семейных команд.

(ПРЕДСТАВЛЕНИЯ команд)

Ведущий: А, сейчас пора отправляться на поиски слагаемых здоровья. Командам нужно будет пройти по маршруту (от станции к станции) и выполнить задания, предложенные помощниками ведущего. За выполненное задание вы будете получать по одной части «составляющей здоровья», которые после окончания всех этапов соберем их вместе и получим целостную картину – в виде газеты.

Но прежде, чем начать вам придется ответить на **«Интересные вопросы»**, ответы на которые также будут оцениваться жюри и войдут в вашу копилку баллов. Итак, начнем:

1. Очень долгое время на Олимпийских играх в Древней Греции был один – единственный вид легкой атлетики. Какой? (Бег)

2. Изобретатель этого предрекал своему детищу две области применения: доставка почты и средство для похудения (Велосипед)

3. Вспомните девиз Олимпийского движения. (Быстрее, выше, сильнее!)

4. В русский язык это слово пришло в конце XVIII века из французского языка. Так первоначально называли срочную почту, доставляющую письма, донесение специальными посыльными, которые сменяли друг друга в пути в определенных пунктах. Назовите это слово, которое в наши дни получило иное значение? (Эстафета)

(После каждая семейная команда получает маршрут (карту) с указанием станций. Команды перемещаются по залу, выполняя различные задания, согласно своим маршрутам)

Станция №1

«Закончи пословицу о здоровье»

Станция №2 «Загадки»

Станция №3 «Разгадай кроссворд»

Станция №4. «Зеленая аптека»

Станция №5 «Назови вид спорта»

Станция №5. «Путешествие по мультфильмам»

**Станция №5.Конкурс « Путешествие по мультфильмам»
Игра «Назови вид спорта».**

Держи голову в холоде, ... живот в голоде, а ноги в тепле.
Двигайся больше, ... проживёшь дольше.
Утро встречай зарядкой, ... вечер провожай прогулкой.
Аппетит от большого бежит, ... а к здоровому катится.
Болен - лечись, ... а здоров - берегись.
Баня - мать наша: ... кости распаришь, все тело поправишь.
Быстрого и ловкого ... болезнь не догонит.
Здоровье - всему ... голова, всего дороже.
Здоровьем слаб, ... так и духом не герой.
Завтрак, обед, полдник и ужин – ... доктор тогда нам не нужен.
Где искать здоровье, ... здоровье ищите... в себе!
Кто не болел, ... тот цены здоровью не знает.
Береги платье снову, а здоровьесмолоду!
В здоровом теле.....здоровый дух!
Где здоровье, там икрасота.
Здоров будешь..... все добудешь!
Кто спортом занимаетсятот силы набирается.
Солнце, воздух и вода.....наши лучшие друзья!
Крепок теломбогат и делом.
Со спортом не дружишь.....не раз о том потужишь.

Станция №2 «Загадки»

1. Любого ударишь – он злится и плачет.
А этого стукнешь – от радости скачет!
То выше, то ниже, то низом, то вскачь.
Кто он, догадался? Резиновый ... (мяч).
2. Он лежать совсем не хочет.
Если бросить, он подскочит.
Чуть ударишь, сразу вскачь, ну, конечно – это ... (мяч).
3. Силачом я стать решил, к силачу я поспешил:
— Расскажите вот о чем, как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ: — Очень просто.
Много лет, ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я ... (гантели).
4. Есть лужайка в нашей школе, а на ней козлы и кони.
Кувыркаемся мы тут ровно сорок пять минут.
В школе — кони и лужайка?!

Что за чудо, угадай-ка! (Спортзал)

5. Зеленый луг, сто скамеек вокруг,
от ворот до ворот бойко бегают народ.
На воротах этих рыбацкие сети. (Стадион)

6. Деревянные кони по снегу скачут, а в снег не проваливаются. (Лыжи)

7. На снегу две полосы, удивились две лисы.
Подошла одна поближе: здесь бежали чьи-то ... (лыжи).

8. На белом просторе две ровные строчки,
а рядом бегут запятые да точки. (Лыжня)

9. Кто по снегу быстро мчится,
провалиться не боится? (Лыжник)

10. Ног от радости не чуя, с горки страшной вниз лечу я.
Стал мне спорт родней и ближе, кто помог мне, дети? (Лыжи)

11. Он на вид — одна доска.
Но зато названьем горд, он зовется... (сноуборд).

12. Есть ребята у меня два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих. Что за кони у меня? (Коньки)

13. Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
а блестящие ... (коньки).

14. Палка в виде запятой
гонит шайбу пред собой. (Клюшка)

15. Во дворе с утра игра, разыгралась детвора.
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» — там идёт игра ... (хоккей).

16. Этот конь не ест овса, вместо ног — два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем, только лучше правь рулем. (Велосипед)

17. Не похож я на коня, хоть седло есть у меня.
Спицы есть. Они, признаться, для вязанья не годятся.
Не будильник, не трамвай, но звонить умею, знай! (Велосипед)

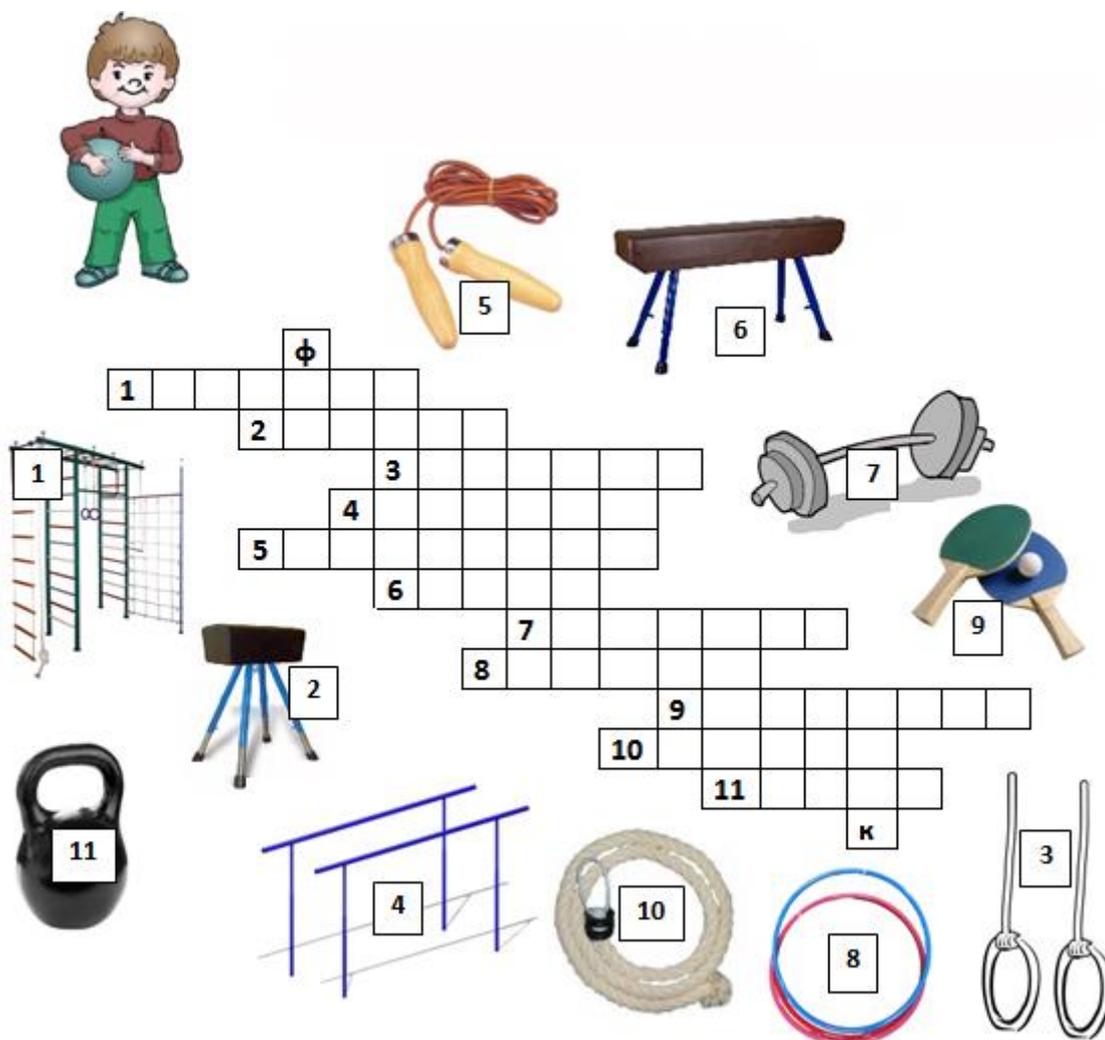
18. Ранним утром вдоль дороги на траве блестит роса,

по дороге едут ноги и бегут два колеса.
У загадки есть ответ — это мой ... (велосипед).

19. Эстафета нелегка, жду команду для рывка (Старт)

20. На квадратиках доски короли свели полки.
Нет для боя у полков ни патронов, ни штыков. (Шахматы)

Станция №3 «Разгадай кроссворд»



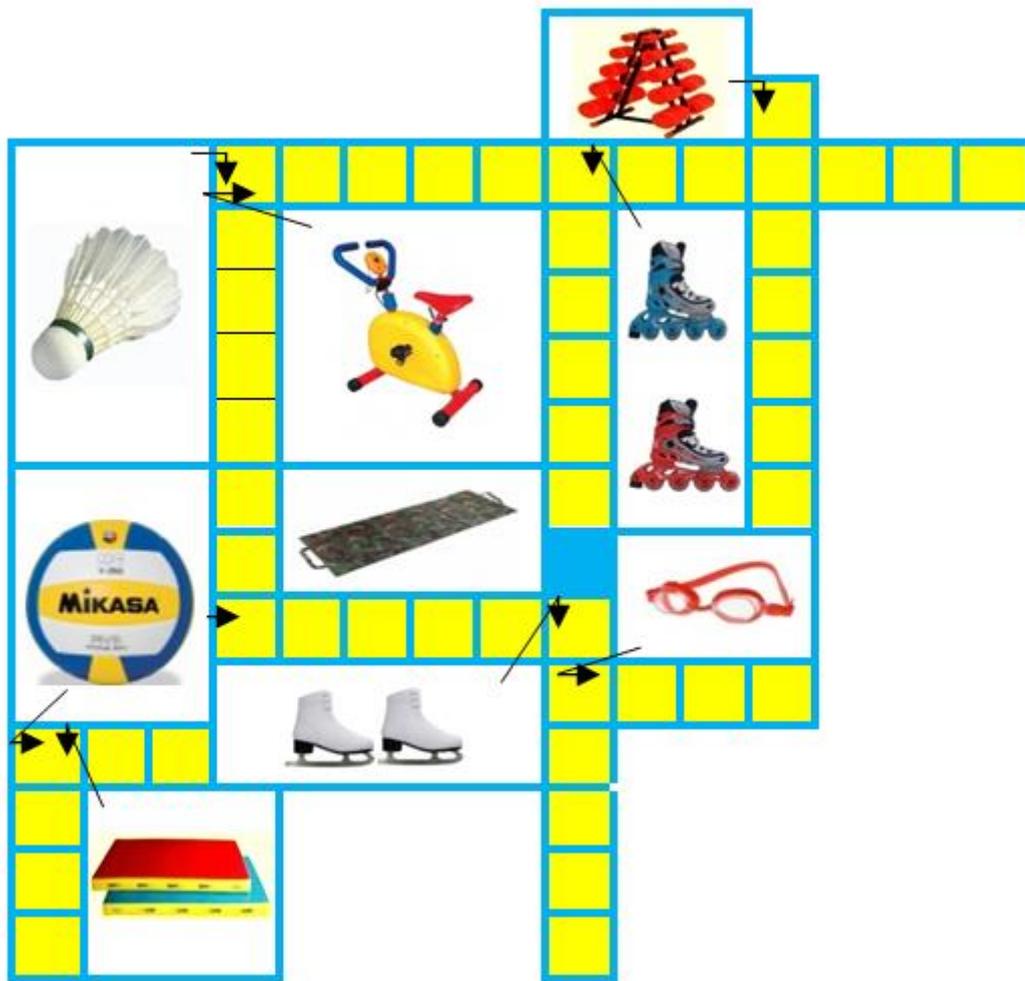
Кроссворд для дошкольников в картинках «Физкультура»

The crossword puzzle grid is filled with the following words:

			1. Ф						
2.			И						
			3. З						
	4.		К						
5.			У						
			6. Л						
7.			Б						
		8.	Т						
9.			У						
		10.	Р						
		11.	А						

Clues and illustrations:

- 1. Ф - Футбол (Football)
- 2. И - Игрушки (Toys)
- 3. З - Занятия (Activities)
- 4. К - Кроссовки (Sneakers)
- 5. У - Улыбка (Smile)
- 6. Л - Лопатка (Shovel)
- 7. Б - Беговые дорожки (Running tracks)
- 8. Т - Топор (Axe)
- 9. У - Улыбка (Smile)
- 10. Р - Рюкзак (Backpack)
- 11. А - Аппарат (Gym equipment)



Кроссворд.5.

3. 

6. 

7. 

9. 

10. 

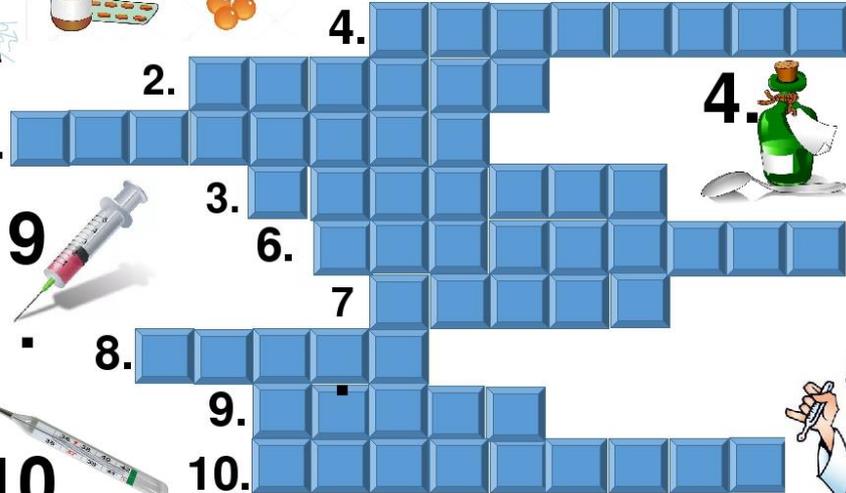
1. 

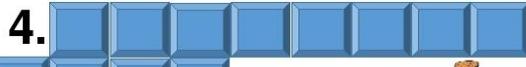
8. 

4. 

1. 

2. 

5. 

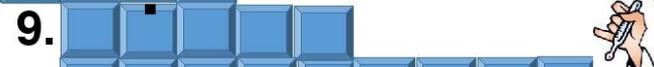
4. 

3. 

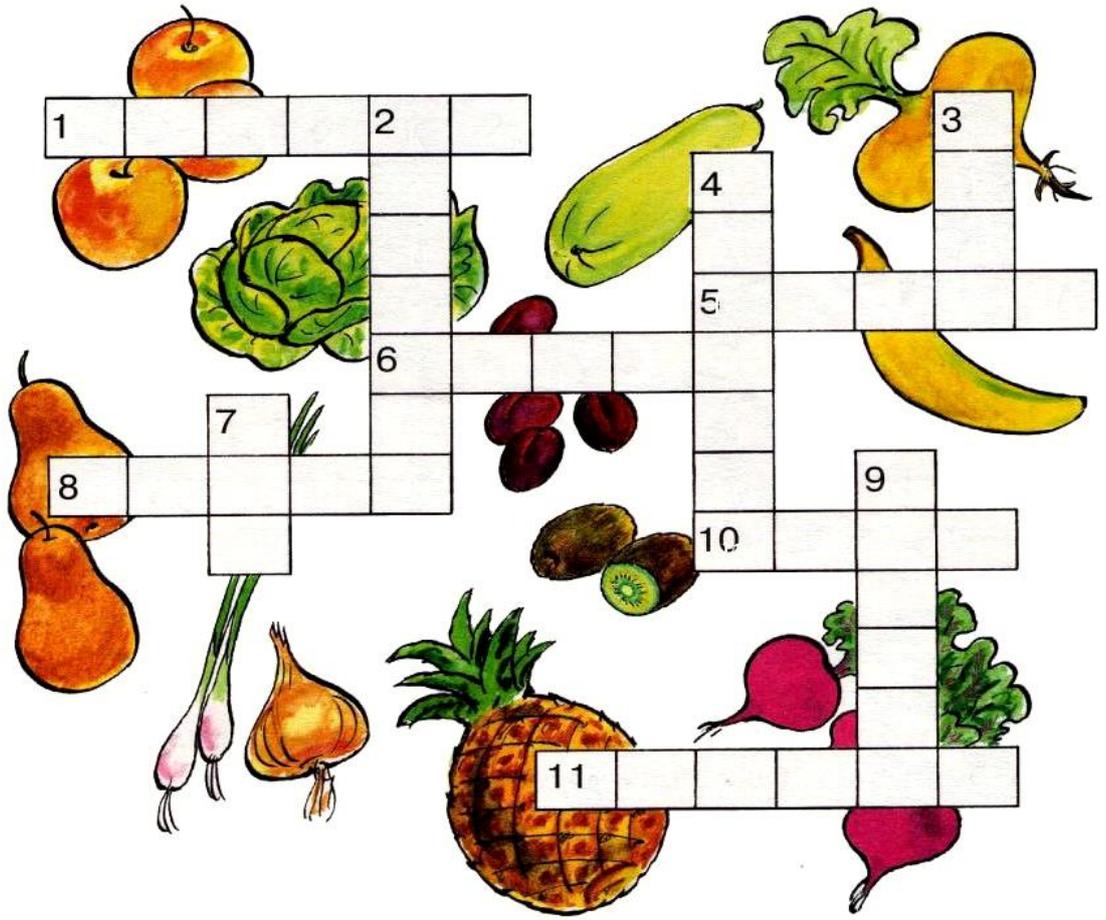
6. 

7. 

8. 

9. 

10. 



4. Конкурс «Изобрази вид спорта»

Виды спорта: черлидинг, бодибилдинг, гребля на байдарках, гимнастика художественная, фехтование, бокс, пляжный волейбол, конькобежный спорт.

5. Конкурс « Путешествие по мультфильмам»

(Нужно не только отгадать мультфильм, но и подобрать к ответу правило и пословицу к этому мультфильму)

Вопросы:

1. *Какой мультипликационный мальчик стремился к жизни в деревне (Простоквашино)?* Ответ: Дядя Федор.

Правило: находиться на свежем воздухе, трудиться.

Пословица: солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

2. *В: «Кажется, я застрял. Это все потому, что у кого-то слишком узкие двери.*

- Нет, это все потому что, кто-то слишком много ест...»

О каком правиле забыл Винни-Пух в гостях у Кролика?

Правило: Не переедать, не жадничать.

Пословица: Ешь, да не жирей - будешь здоровей.

3. *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».

Правило: Соблюдать правила гигиены.

Пословица: Чистая вода - для хвори беда.

4. *Какой мультипликационный герой произносил фразу: «Давайте жить дружно»?*

Ответ: Кот Леопольд.

Правило: Необходимо поддерживать дружеские и дружелюбные отношения с людьми.

Пословица: Вражда не делает добра.

5. *Какой сказочный доктор самый добрый?*

Ответ: Доктор Айболит.

«Добрый доктор Айболит!

Он под деревом сидит.

Приходи к нему лечиться

И корова и волчица,

И жучок и червячок,

И медведица!

Всех излечи, исцелит
Добрый доктор Айболит!..»

Правило: Необходимо посещать врача, делать профилактические прививки.

Пословица: Где здоровье, там и красота.

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

Ответ: Федора.

«Было нам у бабы худо,
Не любила нас она,
Била, била нас она,
Запылила, закоптила,
Загубила нас она!»

В: Почему вернулась?

Правило: Необходимо всё содержать в чистоте и порядке.

Пословица: Чистота - залог здоровья.

6 «Назови известные спортсмены»— Каких известных спортсменов вы знаете? (каждый вариант — 1 балл). Например: Евгений Плющенко — фигурист; Елена Исинбаева — прыгунья с шестом; Алексей Немов — гимнаст; Андрей Аршавин — футболист; Мария Шарапова — теннисистка; Костя Дзю — боксер; Павел Буре — хоккеист.

или

Игра «Назови вид спорта».

1. Евгений Плющенко (фигурное катание)
2. Светлана Кузнецова (теннис)
3. Елена Исинбаева (прыжки с шестом)
4. Алексей Немов (гимнастика)
5. Андрей Аршавин (футбол)
6. Мария Шарапова (теннис)
7. Константин Дзю (бокс)
8. Марат Сафин (теннис)
9. Александр Зубков (бобслей)
10. Юлия Чепалова (лыжный спорт)
11. Павел Буре (хоккей)

Воспитатель: Итак, мы с вами выполнили все задания и получаем еще часть ключа здоровья. На нашем плане остался последний пункт. Здесь нарисована улыбка. Как вы думаете, почему? А какое у вас сейчас настроение? Хорошее настроение – это тоже залог здоровья. А если в день человек будет обниматься хотя бы 4 раза, то он сможет нормально существовать на Земле, а вот если обниматься 12 раз в день и больше, то организм будет развиваться и оздоравливаться. И это не просто выдумка, все это доказано. Считается, что объятия:

Укрепляют иммунитет;

Снимают усталость;

Помогают поднять самооценку;

Улучшают ночной сон;

Предотвращают депрессию.

Игра «Обнималочка».

Дети образуют малый (внутренний) круг, а их родители – большой (внешний). Участники каждого круга держатся за руки. Когда начинает звучать музыка, малыши и родители идут в противоположных направлениях – по часовой стрелке и против нее. Как только мелодия смолкает, все расцепляют руки. Каждый ребенок должен найти своего родителя, подбежать к нему и обнять его.

Воспитатель: Мы нашли с вами все части ключа здоровья. Давайте вспомним из каких составляющих частей состоит ключ здоровья (зарядка, правильное питание, гигиена, спорт, закаливание, соблюдение режима дня, веселое настроение).

Я очень надеюсь, что вы всегда будете помнить о всех составляющих ключа здоровья и соблюдать их!