Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Ромашка» село Белянка

Шебекинского района Белгородской области

**« ЗДОРОВЬЕ ДАРИТ АЙБОЛИТ»**

**Тематическая викторина по валеологии и физкультуре.**

***Разновозрастная группа.***

Подготовила:

Зайченко Галина Викторовна

воспитатель дополнительной группы

на сельском подворье

«Золотой ключик»

*2015 год*

*Под спортивный марш дети в спортивных костюмах заходят в зал и выстраиваются вдоль боковых стен. Одна группа с мячами, другая – с флажками.*

***Ведущая:*** Мы живем в стране большой,

Щедрой и богатой,

И не жалко ничего ей для вас, ребята.

Стадионы новые дарит вам она,

Чтобы вы здоровыми выросли, друзья!

Чтобы каждый стал сильней,

Чтобы каждый стал смелей,

И хорошими делами помогал стране своей!

***Ведущая:*** Ребята! Сегодня у нас День здоровья. Какого человека можно назвать здоровым? Здоровый человек это тот, у которого ничего не болит, он часто улыбается, даря окружающим частичку своей удачи. Здоровому человеку по плечу любая работа, поэтому он счастлив сам и может делать счастливым своих друзей. Здорового человека можно легко узнать: у него стройная фигура, белозубая улыбка, блестящие глаза, легкая походка.

***Ребенок:*** Если хочешь стать здоровым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки,

Лыжи, обручи и палки!

Никогда не унывай,

В цель снежками попадай!

В санках с горки быстро мчись,

И на лыжи становись!

Вот здоровья в чем секрет

Будь здоров! Физкульт…

***Дети:*** Привет!

***Ведущая:*** Физические упражнения делают человека сильным и красивым. Возникли физические упражнения в глубокой древности. Первобытным людям день и ночь надо было защищаться от нападения хищников, противостоять силам природы, добывать пищу.

Добывая пищу и спасаясь от хищников, люди бросали камни, палки, перелезали и перепрыгивали через различные препятствия. Иногда охотники сами становились добычей зверей. Выживали наиболее сильные, ловкие, выносливые, а значит самые здоровые.

***Проводится игра «Охота на мамонтов»***

***Ребенок:*** Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Cолнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья.

***Ведущая:*** Спорт ребятам очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт…

***Дети:*** Помощник!

***Ведущая:*** Спорт…

***Дети:*** Здоровье!

***Ведущая:*** Спорт…

***Дети:*** Игра!

***Исполняется песня «Физкульт – ура!»***

***Ведущая:*** Садитесь, дети удобнее. К нам на праздник обещал прилететь на орле доктор Айболит. А вот он уже здесь! Как вы долетели?

***Айболит:*** Ох, дети! Я еле-еле успел на ваш праздник.

По полям, по лесам, по лугам я бежал.

И два только слова шептал:

«Детский сад, детский сад, детский сад!»

Вдруг горы встают у меня на пути,

И я по горам начинаю ползти.

А горы все выше, а горы все круче,

А горы уходят под самые тучи!

И сейчас же с высокой скалы

Спустились ко мне орлы:

«Садись, Айболит, верхом,

Мы живо тебя довезем!»

И вот я здесь! У вас ангина?

***Дети:*** Нет!

***Айболит:*** Скарлатина?

***Дети:*** Нет!

***Айболит:*** Холерина?

***Дети:*** Нет!

***Айболит:*** Малярия и бронхит?

***Дети:*** Нет, нет, нет!

***Айболит:*** Ох, какие вы здоровые дети! Вы только посмотрите!

***Подходит и осматривает детей.***

***Айболит:*** Все веселые, загорелые, нет болезней никаких.

А к проверке вы готовы?

***Дети:*** Да, готовы!

***Ведущая:*** Доктор, эти ребята –

В нашу школу кандидаты.

Я прошу вас дать ответ:

Все готовы или нет?

***Айболит:*** Все дышите! Не дышите!

Все в порядке, отдохните!

Руки вместе поднимите.

Превосходно, опустите.

Наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь!

***Обращается к ведущей:***

Да. Доволен я осмотром. Здоровы, действительно здоровы! Можно начинать состязания.

***Ведущая:*** Есть у нас одна игра, вам понравится она.

Посмотрим, чья же команда сильнее!

***Проводится игра «Прыжки на мячах»***

***Ведущая:*** Отгадайте загадку: «Он и круглый, он и гладкий,

Очень ловко скачет. Что же это?

***Дети:*** Мячик!

***Проводится игра «Передача мяча через голову и между ног»***

***Айболит:*** Вам ленится не годится! Помните, ребятки!

Даже звери, даже птицы делают зарядку.

***Ведущая:*** Как?

***Айболит:*** А вот так!

***Проводится игра-упражнение «У всех своя зарядка»***

***Айболит:*** Раз – присядка, два – прыжок, и опять – присядка,

А потом опять – прыжок – заячья зарядка.

Покажите, как?

***Дети выполняют упражнение***

***Айболит:*** Птичка скачет, словно пляшет,

Птичка крылышками машет.

И взлетает без оглядки.

Это Птичкина зарядка.

Так сумеете?

***Дети выполняют движения***

***Айболит:*** А щенята, как проснутся, обязательно зевнут,

Ловко хвостиком махнут. Как?

***Дети по-разному выполняют движения***

***Айболит:*** А котята спинку выгнут

И неслышно с места прыгнут.

Перед тем, как прогуляться,

Начинают умываться.

Как?

***Дети показывают***

***Айболит:*** Ну и мишка косолапый широко разводит лапы:

То одну, то обе вместе,

А когда зарядки мало, начинаем все сначала.

Как?

***Дети показывают***

***Айболит:*** Белки скачут очень быстро,

Машут хвостиком пушистым.

Целый час играют в прятки.

Это – беличья зарядка.

Так сумеете?

***Дети имитируют движения белки.***

***Ребенок:*** Почему мы бодрые, быстрые, умелые?

Потому что по утрам мы зарядку делаем!

***Ребенок:*** Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна.

От лени и болезни спасает нас она!

***Айболит:*** А сейчас, мои ребятки, я вопросы вам задам.

1. Какие виды спорта вы знаете?
2. Где здоровья набираются, физкультурой занимаются?
3. В каком виде спорта необходима клюшка?
4. Куда забивают гол?
5. Назовите зимние виды спорта.
6. С какими предметами можно выполнять общеразвивающие упражнения?

***Ведущая:*** Физическая культура необходима каждому человеку. Она включает в себя не только занятия физическими упражнениями, но и знания о своем организме, личной гигиене, закаливании, режиме дня, правильном питании, а также умении применять эти знания в повседневной жизни.

***Ребенок:*** С шумом струйка водяная по рукам струится.

Никогда не забываем по утрам умыться.

***Ребенок:*** Личной гигиены предметы обычные

Нам сохраняют здоровье отличное.

Запомним об этом мы навсегда,

Чтоб в жизни нас не постигла беда.

***Исполняется песня «Про тело»***

***Айболит:*** Ох, и молодцы, ребятки, и за это я, друзья,

Загадаю вам загадки. Что ж, послушайте меня.

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

Дело ясное вполне – пусть отмоет руки мне (Мыло)

1. Костяная спинка, жесткая щетинка,

С пастой мятной дружит, нам усердно служит (Зубная щетка)

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

А зубы у меня длинней, чем у волков и медведей (Расческа)

4. Плещет теплая волна в берега из чугуна.

Отгадайте, вспомните, что за море в комнате? (Ванна)

1. А что было? А что было? Мама речку в дом пустила?

Речка весело журчала, мама в ней белье стирала.

А потом, а потом я купался под дождем. (Душ)

***Проводится эстафета «Чистюли»***

*(На стульчиках 15 – 20 предметов. Дети по очереди бегут и забирают по одному предмету, которые нужны для того, чтобы выглядеть аккуратно и опрятно. Выигрывает та команда, которая быстрей отыщет все эти вещи и перенесет их).*

***Ведущая:*** Посмотрите, кто к нам пришел!

***Под музыку появляются кот Базилио и лиса Алиса.***

***Кот Базалио:*** Никогда не мойте руки, шею, уши и лицо.

Это глупое занятье не приводит ни к чему.

Вновь испачкаются руки, шея, уши и лицо.

Так зачем же тратить силы, время попусту терять?

К старости сама собою облысеет голова.

***Лиса Алиса:*** Ну а если заболеете – никогда не ставьте градусник себе.

Пусть болят живот и зубы, горло, уши, голова.

Все равно лекарств не пейте и не слушайте врача.

Мы не сами к вам пришли, а микробов привели.

***Выбегают микробы. Исполняют танец-песню на мелодию песни «Чунга-чанга»***

***Микробы:*** Мы – микробы весело живем.

Мы – микробы песенку поем.

Мы – микробы очень любим грязь.

Мы – микробы ненавидим вас.

Всех, кто любит умываться, сам умеет причесаться,

Руки мыть и чистить зубы – мы не любим.

А нерях, грязнуль, лентяев, неумытых разгильдяев

Очень любим, очень любим, очень любим!

***Ведущая:*** Нам не нравятся эти советы. Если придерживаться их, в нашем организме поселятся микробы, и тогда быть беде!

***Ребенок:*** Чтоб от микробов защититься –

Водою с мылом надо мыться.

И каждый день перед едой

Мыть фрукты, овощи водой.

***Исполняется песня «Микробы и мыло»***

***Ребенок:*** Топ-топ, топ-топ, шел по яблоку микроб,

Очень грязный был микроб.

Безобразный был микроб!

Был микроб большой злодей,

Нападал он на людей.

А я яблоко помыл

И микроба победил!

***Ведущая:*** Давайте дружно скажем мудрые слова:

***Дети:*** От простой воды и мыла у микробов тают силы.

***Ведущая:*** А сейчас мы с Айболитом хотим вам задать вопросы, ребята.

1. Как правильно надо мыть руки?
2. Когда необходимо чистить зубы?
3. Как беречь зубы?
4. Какие части тела есть у человека?
5. Назовите продукты, полезные для здоровья.
6. Назовите продукты, вредные для здоровья.
7. Что надо делать, чтобы быть здоровым?
8. С помощью какого органа вы узнаете о том, что залаяла собака, запела птичка?
9. Какой орган помогает вам почувствовать запах цветов, хлеба, духов?
10. Как оказать первую помощь при порезах?

***Айболит:*** А сейчас я осмотрю и послушаю капитанов команд. Если капитаны здоровы, то и команды должны быть здоровы. Ну-ка, капитаны, подойдите ко мне, но сначала, говоря без лишних слов, одного желать нам надо: каждый должен быть здоров!

***Капитаны:*** Мы здоровы!

***Айболит:*** А к проверке вы готовы?

***Капитаны:*** Да, готовы!

***Проводится игра «Что такое хорошо и что такое плохо».***

***Айболит:*** На столе лежит еда – руки надо вымыть?

***Дети:*** Да!

***Айболит:*** Перед обедом наелся конфет – так поступать полагается?

***Дети:*** Нет!

***Айболит:*** Мама на стол накрывает всегда. Ты иногда помогаешь ей?

***Дети:*** Да!

***Айболит:*** Вилкою в общий залез винегрет – так поступать полагается?

***Дети:*** Нет!

***Айболит:*** Посмотрю-ка я, друзья, как вы сказки знаете,

Вы на все мои вопросы дружно отвечайте!

1. «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое,

И зубной порошок и густой гребешок!» (К. Чуковский «Мойдодыр»).

2. «Ой, мой бедный носик! Он мыла не выносит!

Он не будет белый! Он же загорелый» (А. Барто «Девочка чумазая).

1. «Появился детский врач – Глеб Сергеевич Пугач.

Смотрит строго и сердито: «Нет у Юли аппетита?

Только вижу, что она, безусловно, не больна!» (С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала).

***Ребенок:*** День здоровья любят дети городов и деревень.

Пусть же станет в целом свете Днем здоровья каждый день!

***Ребенок:*** Приучи себя к порядку, пробуй плавать и нырять!

Научись любить зарядку и отучишься чихать!

***Ребенок:*** Надо с детства закаляться, чтоб здоровым быть весь год,

Чтобы к доктору являться, если только позовет!

***Исполняется песня «Вместе весело шагать»***

***Айболит:*** Молодцы, ребята. Вы умеете заботиться о своем теле, вы знаете про витамины, занимаетесь физкультурой. Я привез вам подарки из Африки. Эти фрукты богаты витаминами: лимоны, бананы, мандарины, апельсины.

***Дети угощаются и благодарят за вкусные и полезные подарки.***

**Сценарий выступления агитбригады**

**«ЗДОРОВУЛЬКИН»**

**Ребенок:** Мы приехали сюда из Козьмодемьяновки,

Где качаются на ветках золотые яблоки.

Мы счастливые ребята, потому что у нас есть

Для здоровья все что надо, ягод, овощей не счесть.

Родниковая водица позволяет нам умыться,

На зарядку по утру слышим мы «Ку-ка-ре-ку!»

А еще едим мы кашу с молоком коровки нашей.

Так что вы здесь не сидите, приезжайте, коль хотите!

**Ребенок:** Чтобы в этот день весенний

Все вы были веселы,

Про здоровье вам частушки

Пропоем мы от души.

***Исполняются частушки про здоровье.***

**Все дети:** Мы в бригаде «Здоровулькин»

Дружно, весело живем.

Вместо кофе, лимонада

Фрукты, овощи жуем!

**1 ребенок:** Утром, ровно в семь часов

Я встаю с кроватки.

Для пробежки я готов,

А также для зарядки.

**2 ребенок:** Моя мама на диете

Ничего не кушает.

Говорю ей про здоровье,

Но она не слушает.

**3 ребенок:** Захожу я в магазин,

Что купить не знаю.

Только чипсы и жевачку

Я не покупаю.

**4 ребенок:** Всякий раз, когда едим

Про здоровье думаем.

Мне не нужен жирный крем,

Лучше я морковку съем!

**5 ребенок:** С книгою в руках лежу,

У компьютера сижу.

Ой, купите мне очки –

Не работают зрачки!

**6 ребенок:** Любим спортом заниматься,

Бегать, прыгать, кувыркаться.

А зима настанет –

Все на лыжи встанем!

**1 ребенок:** Папа мой не пьет, не курит,

Он здоровье бережет.

Спортом любит заниматься,

В президенты он пойдет!

**2 ребенок:** Руки с мылом надо мыть,

Чтоб здоровенькими быть,

Чтоб микробам жизнь не дать,

Руки в рот не надо брать!

**3 ребенок:** Если, Петя, ты потом

Будешь депутатом,

Жуй полезные продукты,

А не жуй мандаты.

**4 ребенок:** Не болеем больше гриппом,

Не боимся сквозняка,

Все таблетки заменяет

Нам головка чеснока.

**5 ребенок:** Разудалый я силач –

Гну рукой подковку.

Потому что я жую

Каждый день морковку!

**Все дети:** Мы не раз шиповник пили,

Витамины, с медом чай.

Все здоровы, веселы мы,

Нас хоть в космос отправляй!

**Ребенок:** Ты зарядкой занимайся,

Если хочешь быть здоров.

Водой холодной обливайся,

Позабудешь докторов!

***Исполняется песня «Будь здоров!»***

**Ребенок:** Для здоровья всем нужна ягодка клубника!

И малина, и морошка, ну и земляника!

Как девчонки наши пляшут,

Прямо загляденье.

Щечки-ягодки у них

Всем на удивленье!

***Исполняется танец «Калинка-малинка»***

**Все дети:** Детский садик на подворье

Детворою славится.

Приезжайте в гости к нам,

Вам у нас понравится!