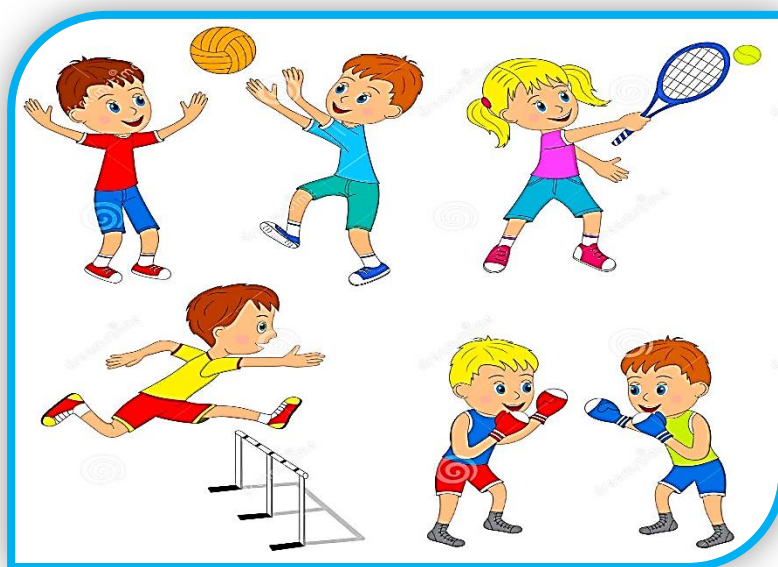


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Колокольчик»

Конспект физкультурного досуга КВН «Азбука здоровья»



Воспитатель: Бугайчук Л.В.

г. Когалым



КВН на тему «Азбука здоровья» в старшей группе

Цель: формирование представлений о том, что красивым и здоровым тело делают физические упражнения и отдых; полезная пища, свежий воздух, чистота; развивать навыков здорового образа жизни; воспитывать у детей стремление быть здоровым.

Методическое обеспечение:

Эмблемы команд

Муляжи фрукты, овощи, продукты подносы, шарфик

Обручи, тоннель, мешочек, корзина, кубики, стойки, штанишки-коротышки,

Чашки разноцветные для дыхательного упражнения

Картинки спортивного инвентаря

Сундук

Фрукты

Ход игры.

Дети в группе разделены на 2 команды с разными названиями: команда «Крепыши», команда «Розовые щёчки».

Дети в зал заходят под музыку.

Ведущий:

«Собрались все дети в круг

Я – твой друг и ты – мой друг

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся».

Звучит заставка к игре КВН:

Воспитатель: Сегодня у нас КВН! И тема нашей игры «Азбука здоровья».

Ребята будут соревноваться, и мы увидим, кто лучше знает, что нужно делать, чтобы быть здоровым и никогда не болеть. Так как каждый из вас находится в команде, вам понадобится и находчивость, и смекалка и конечно взаимовыручка.

Воспитатель: И так, мы начинаем, сначала поиграем. Правила такие. Я буду задавать вопросы. Если ребята согласны, то должны присесть, а если нет, то хлопают в ладоши.

Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

- Чтоб с микробами не знаться,

Надо дети закаляться. Правда! (правда – присели).

- Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать. Нет! (нет – похлопать в ладоши)

- Если хочешь сильным быть,

Со спортом надобно дружить. (правда- присели)

- Чтоб зимою не болеть,
На улице надо петь. (Нет- хлопнуть в ладоши)
- И от гриппа, от ангины
Нас спасают витамины. (присели)
- Смотри больше телевизор,
Обязательно тогда
Станут зоркими глаза (хлопнуть в ладоши).
- Будешь кушать лук, чеснок —
Тебя простуда не найдет. (присели)
- Хочешь самым крепким стать?
Сосульки начинай лизать. (хлопнули в ладоши)

Воспитатель: Первый конкурс – приветствие. А теперь, я предоставляю слово капитанам команд. Они представят свои команды.

Участники команд придумывают название и девиз команды.

1-я команда «КРЕПЫШИ».

Капитан: Наша команда

Дети: «Крепыши»

Капитан: Наш девиз

Дети: Посмотрите Вы на нас: Все ребята высший класс. Любим мы играть, резвиться, Песни петь и веселиться.

2-я команда «Розовые щечки».

Капитан: Наша команда

Дети: «Розовые щёчки»

Капитан: Наш девиз

Дети: Здоровыми, румяными хотим мы быть всегда.

Поэтому, друзья у нас - солнце, воздух и вода!

Воспитатель: Вот мы и познакомились, пора начинать наш КВН «Азбука здоровья». А оценивать нас будет уважаемое жюри.

Обращение к жюри:

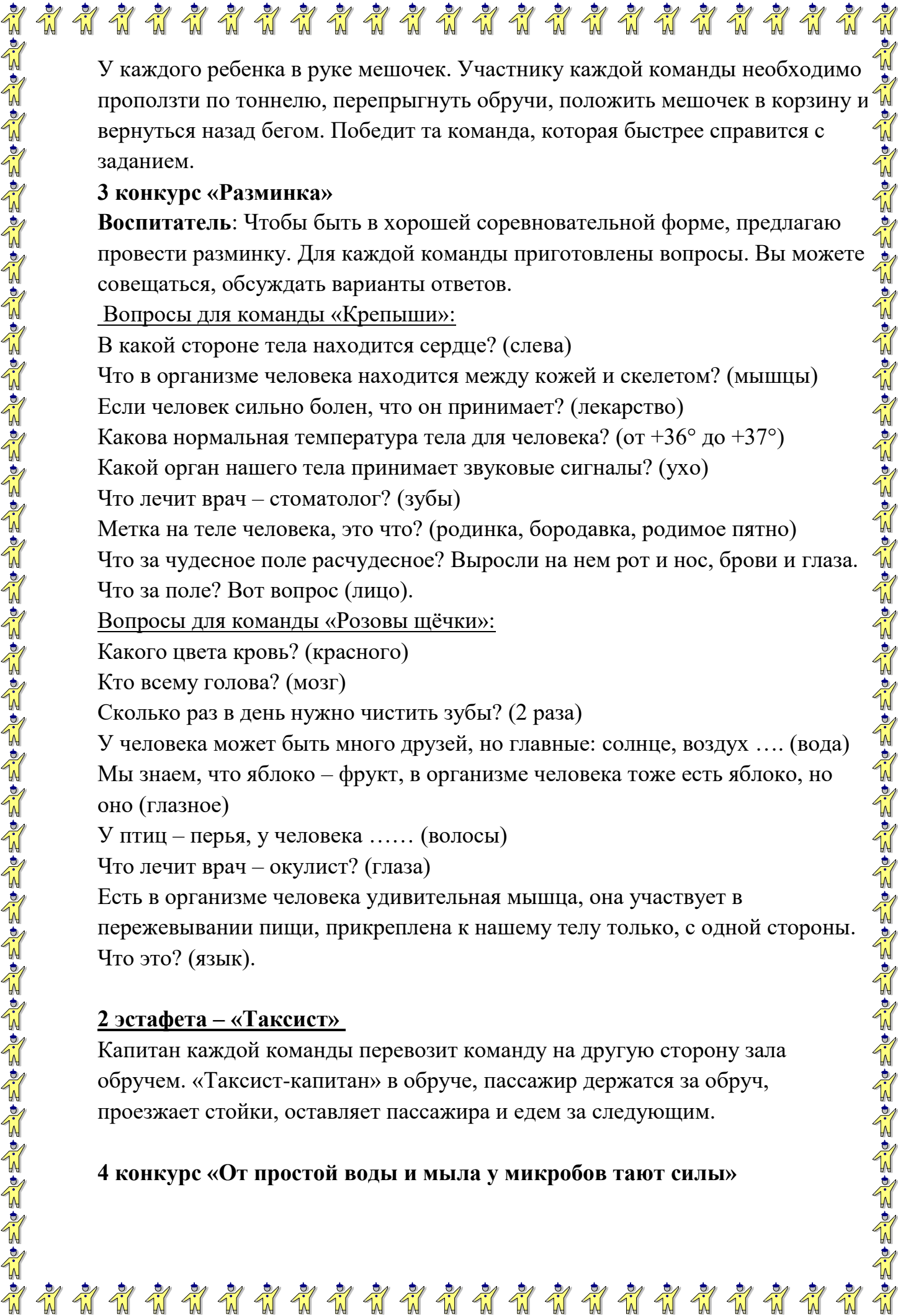
Жюри не судите нас слишком строго,
Мы знаем для нашего возраста достаточно много.

Воспитатель: Второй конкурс – разминка команд.

Дети встают в рассыпную по залу и выполняют комплекс ритмической гимнастики «Солнышка лучистая»

Встречная эстафета (команды выстраиваются друг против друга за линиями):

1 эстафета – «Пролезь, перепрыгни, доставь мешочек»



У каждого ребенка в руке мешочек. Участнику каждой команды необходимо проползти по тоннелю, перепрыгнуть обручи, положить мешочек в корзину и вернуться назад бегом. Победит та команда, которая быстрее справится с заданием.

3 конкурс «Разминка»

Воспитатель: Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку. Для каждой команды приготовлены вопросы. Вы можете совещаться, обсуждать варианты ответов.

Вопросы для команды «Крепыши»:

В какой стороне тела находится сердце? (слева)

Что в организме человека находится между кожей и скелетом? (мышцы)

Если человек сильно болен, что он принимает? (лекарство)

Какова нормальная температура тела для человека? (от +36° до +37°)

Какой орган нашего тела принимает звуковые сигналы? (ухо)

Что лечит врач – стоматолог? (зубы)

Метка на теле человека, это что? (родинка, бородавка, родимое пятно)

Что за чудесное поле расчудесное? Выросли на нем рот и нос, брови и глаза.

Что за поле? Вот вопрос (лицо).

Вопросы для команды «Розовы щёчки»:

Какого цвета кровь? (красного)

Кто всему голова? (мозг)

Сколько раз в день нужно чистить зубы? (2 раза)

У человека может быть много друзей, но главные: солнце, воздух (вода)

Мы знаем, что яблоко – фрукт, в организме человека тоже есть яблоко, но оно (глазное)

У птиц – перья, у человека (волосы)

Что лечит врач – окулист? (глаза)

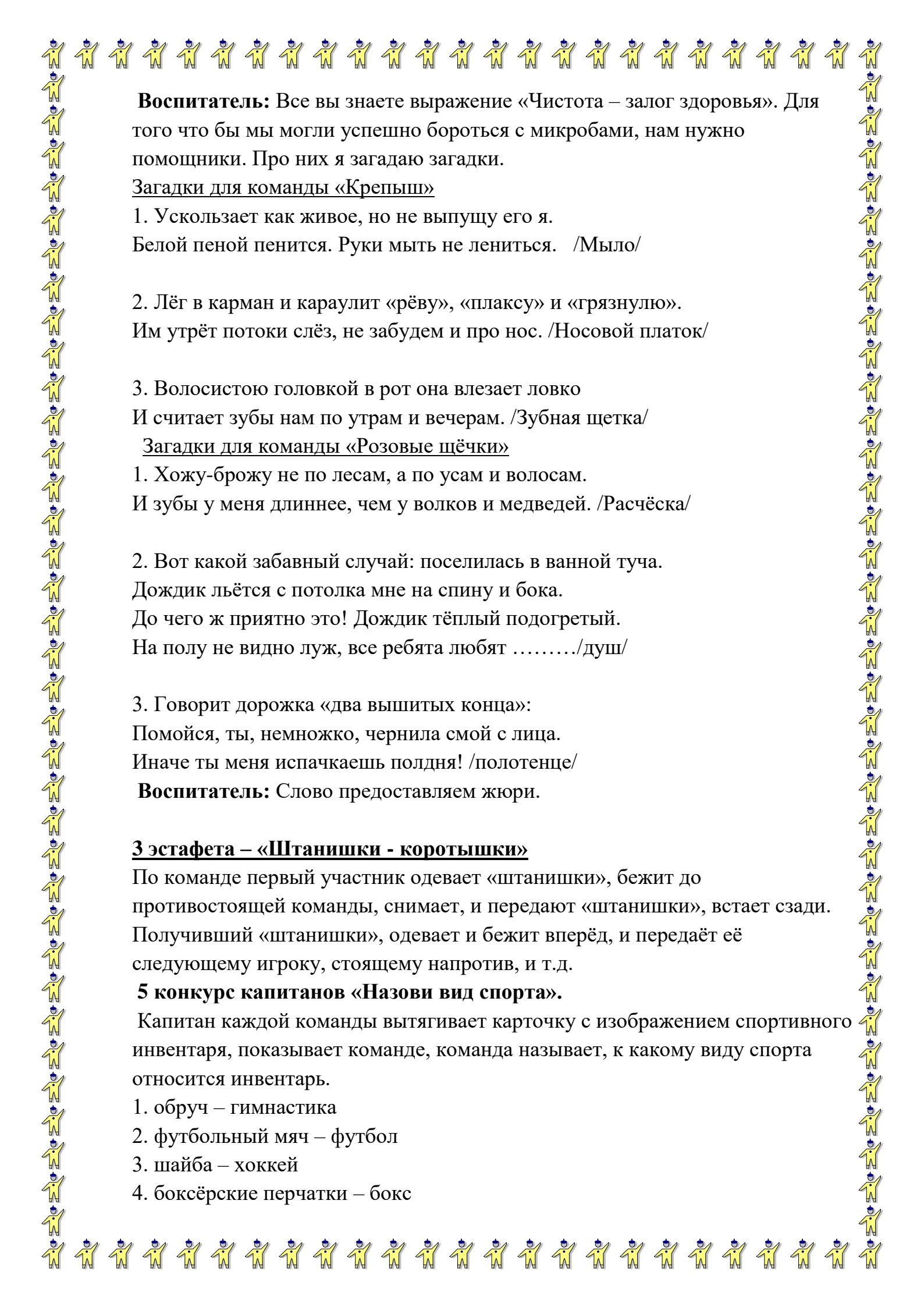
Есть в организме человека удивительная мышца, она участвует в пережевывании пищи, прикреплена к нашему телу только, с одной стороны.

Что это? (язык).

2 эстафета – «Таксист»

Капитан каждой команды перевозит команду на другую сторону зала обручем. «Таксист-капитан» в обруче, пассажир держатся за обруч, проезжает стойки, оставляет пассажира и едем за следующим.

4 конкурс «От простой воды и мыла у микробов тают силы»



Воспитатель: Все вы знаете выражение «Чистота – залог здоровья». Для того что бы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужно помощники. Про них я загадаю загадки.

Загадки для команды «Крепыш»

1. Ускользает как живое, но не выпущу его я.
Белой пеной пенится. Руки мыть не лениться. /Мыло/
2. Лёг в карман и караулит «рёву», «плаксу» и «грязнулю».
Им утрёт потоки слёз, не забудем и про нос. /Носовой платок/
3. Волосистой головкой в рот она влезает ловко
И считает зубы нам по утрам и вечерам. /Зубная щетка/

Загадки для команды «Розовые щёчки»

1. Хожу-брожу не по лесам, а по усам и волосам.
И зубы у меня длиннее, чем у волков и медведей. /Расчёска/
 2. Вот какой забавный случай: поселилась в ванной туча.
Дождик льётся с потолка мне на спину и бока.
До чего ж приятно это! Дождик тёплый подогретый.
На полу не видно луж, все ребята любят/душ/
 3. Говорит дорожка «два вышитых конца»:
Помойся, ты, немножко, чернила смой с лица.
Иначе ты меня испачкаешь полдня! /полотенце/
- Воспитатель:** Слово предоставляем жюри.

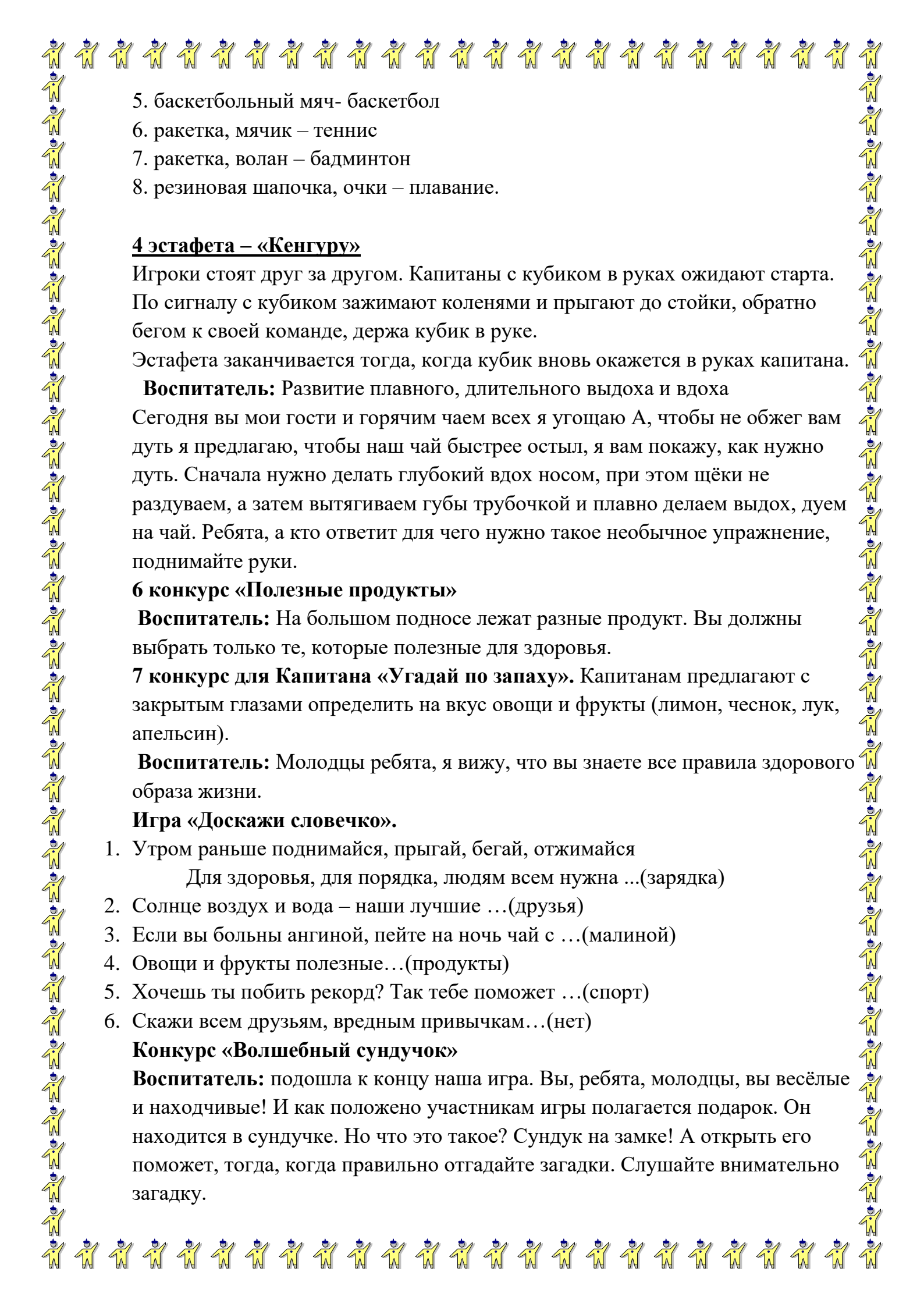
3 эстафета – «Штанишки - коротышки»

По команде первый участник одевает «штанишки», бежит до противостоящей команды, снимает, и передают «штанишки», встает сзади. Получивший «штанишки», одевает и бежит вперёд, и передаёт её следующему игроку, стоящему напротив, и т.д.

5 конкурс капитанов «Назови вид спорта».

Капитан каждой команды вытягивает карточку с изображением спортивного инвентаря, показывает команде, команда называет, к какому виду спорта относится инвентарь.

1. обруч – гимнастика
2. футбольный мяч – футбол
3. шайба – хоккей
4. боксёрские перчатки – бокс

- 
5. баскетбольный мяч- баскетбол
 6. ракетка, мячик – теннис
 7. ракетка, волан – бадминтон
 8. резиновая шапочка, очки – плавание.

4 эстафета – «Кенгуру»

Игроки стоят друг за другом. Капитаны с кубиком в руках ожидают старта. По сигналу с кубиком зажимают коленями и прыгают до стойки, обратно бегом к своей команде, держа кубик в руке.

Эстафета заканчивается тогда, когда кубик вновь окажется в руках капитана.

Воспитатель: Развитие плавного, длительного выдоха и вдоха

Сегодня вы мои гости и горячим чаем всех я угощаю А, чтобы не обжег вам дуть я предлагаю, чтобы наш чай быстрее остыл, я вам покажу, как нужно дуть. Сначала нужно делать глубокий вдох носом, при этом щёки не раздуваем, а затем вытягиваем губы трубочкой и плавно делаем выдох, дуем на чай. Ребята, а кто ответит для чего нужно такое необычное упражнение, поднимайте руки.

6 конкурс «Полезные продукты»

Воспитатель: На большом подносе лежат разные продукты. Вы должны выбрать только те, которые полезны для здоровья.

7 конкурс для Капитана «Угадай по запаху». Капитанам предлагают с закрытыми глазами определить на вкус овощи и фрукты (лимон, чеснок, лук, апельсин).

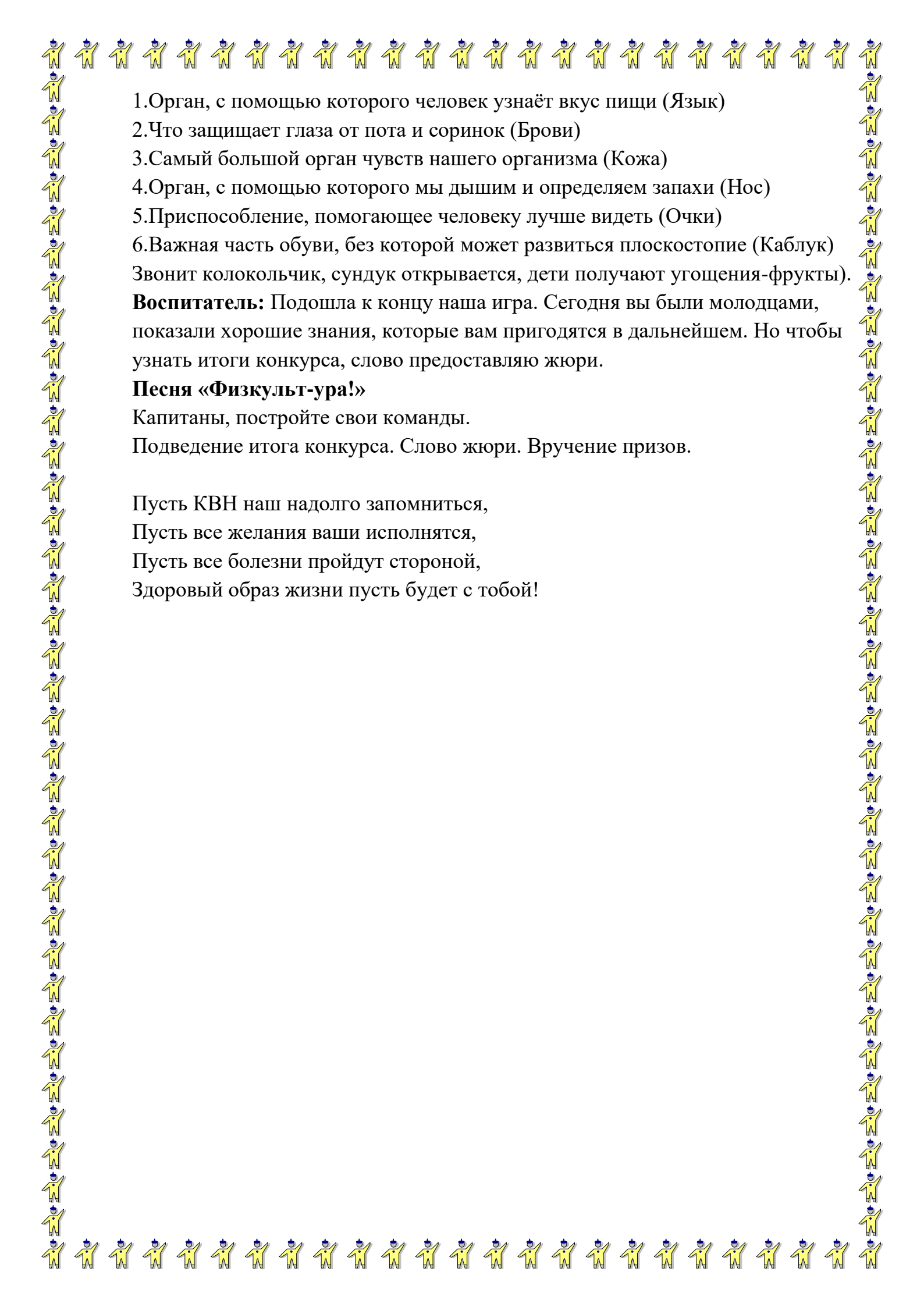
Воспитатель: Молодцы ребята, я вижу, что вы знаете все правила здорового образа жизни.

Игра «Доскажи словечко».

1. Утром раньше поднимайся, прыгай, бегай, отжимайся
Для здоровья, для порядка, людям всем нужна ...(зарядка)
2. Солнце воздух и вода – наши лучшие ...(друзья)
3. Если вы больны ангиной, пейте на ночь чай с ...(малиной)
4. Овощи и фрукты полезные...(продукты)
5. Хочешь ты побить рекорд? Так тебе поможет ...(спорт)
6. Скажи всем друзьям, вредным привычкам...(нет)

Конкурс «Волшебный сундучок»

Воспитатель: подошла к концу наша игра. Вы, ребята, молодцы, вы весёлые и находчивые! И как положено участникам игры полагается подарок. Он находится в сундучке. Но что это такое? Сундук на замке! А открыть его поможет, тогда, когда правильно отгадаете загадки. Слушайте внимательно загадку.

- 
1. Орган, с помощью которого человек узнаёт вкус пищи (Язык)
 2. Что защищает глаза от пота и соринки (Брови)
 3. Самый большой орган чувств нашего организма (Кожа)
 4. Орган, с помощью которого мы дышим и определяем запахи (Нос)
 5. Приспособление, помогающее человеку лучше видеть (Очки)
 6. Важная часть обуви, без которой может развиваться плоскостопие (Каблук)

Звонит колокольчик, сундук открывается, дети получают угощения-фрукты).

Воспитатель: Подошла к концу наша игра. Сегодня вы были молодцами, показали хорошие знания, которые вам пригодятся в дальнейшем. Но чтобы узнать итоги конкурса, слово предоставляю жюри.

Песня «Физкульт-ура!»

Капитаны, постройте свои команды.

Подведение итога конкурса. Слово жюри. Вручение призов.

Пусть КВН наш надолго запомнится,
Пусть все желания ваши исполнятся,
Пусть все болезни пройдут стороной,
Здоровый образ жизни пусть будет с тобой!