

## **КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу!»**

### **Задачи**

1. Научить детей заботиться о своем здоровье, формировать привычки здорового образа жизни.
2. Развивать способность к умозаключениям.
3. Воспитывать у детей стремление быть здоровым.

Оборудование: эмблемы команд; одежда спортивная для зала и теплая; 2 комплекта карточек с изображением режимных процессов; 2 мешочка с овощами, фрукты, йогурты, шоколадки, булочки, конфеты, в другом – игрушки, спортивный инвентарь, заставка к игре КВН

### **Звучит заставка к игре КВН**

Ведущий. Внимание! Внимание! Мы начинаем КВН. Все мы хотим быть здоровыми, сильными, крепкими. Сегодня мы попробуем разобраться, что же поможет нам стать такими. В нашей игре участвуют две команды. Команда «Крепыши» и команда «Здоровячки».

### **Конкурс «Эмблемы»**

Команды дают по одной эмблеме жюри. Жюри оценивает, чья эмблема получилась лучше.

### **Конкурс «Домашнее задание»**

Все вы знаете выражение «Чистота – залог здоровья». Для того чтобы мы могли успешно бороться с микробами, нам нужны помощники. Про них наши участники и загадают загадки.

Загадки команды «Крепыши».

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его.

Белой пеной пенится

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Волосистой головкой

В рот она влезает ловко

И считает зубы нам

По утрам и вечерам. (Зубная щетка)

Вот какой забавный случай:

Поселилась в ванной туча,

Дождик льется с потолка

Мне на спину и бока

До чего ж приятно это!

Дождик теплый, подогретый

На полу не видно луж.

Все ребята любят... (душ)

Загадки команды «Здоровячки»

- А о ком я расскажу?-

Говорит дорожка.-

Два вышитых конца, помойся ты немножко,

Чернила смой с лица!

Иначе ты в полдня

Испачкаешь меня. (Полотенце)

Лег в карман и караулит

Реву, плаксу и грязную,

Им утрет потоки слез

Не забудет и про нос. (носовой платок)

Хожу – брожу не по лесам

А по усам, по волосам

И зубы у меня длинней

Чем у волков и медведей (Расческа)

### **Конкурс «Разминка»**

« А теперь я загадаю вам загадки, только отгадки вы вслух не произносите, а покажите их.

Вот гора, а у горы две глубокие норы.

В этих норах воздух бродит, то заходит, то выходит. (Нос)

Всегда во рту, а не проглотишь. (Язык)

У двух матерей по пяти сыновей. Одно имя всем. (Руки, пальцы)

Вы всё правильно показали. А теперь я буду называть части тела, а вы до них дотрагивайтесь ладонями. Посмотрим, какая команда всё покажет правильно и быстро. Приготовились! Начали!

Щеки... колени...

локоть.. подбородок.. затылок... бока... темя... ухо.. переносица... живот... пятки  
...подмышки... ключицы... пуп.. шея..»

### **Конкурс капитанов**

«Здесь разложена одежда. (Указывает на спортивную одежду).

Капитан команды «Крепыши» должен выбрать себе одежду для занятий спортом на улице, а капитан «Здоровячков» - для помещения и обосновать.

### **Конкурс «Режим дня»**

Что такое режим дня? Это распорядок дня, то, что мы должны обязательно выполнять каждый день. Например, каждое утро мы умываемся, чистим зубы, завтракаем, придя с прогулки моем обязательно руки. На этих

карточках изображены различные режимные процессы. Попробуйте разложить карточки по порядку.

### **Конкурс – эстафета «Поиски на ощупь»**

Перед нами 2 волшебных мешка. В них лежит всякая всячина. Слушайте внимательно задания.

В этом мешке лежат всякие вкусности. Ребята – «крепыши» по очереди подбегают к мешку и, не глядя, достают только те продукты, которые полезны для нашего здоровья.

Для «Здоровячков» другое задание. Как известно, хочешь стройным быть, занимайся физкультурой. В этом мешке среди разных игрушек вы должны на ощупь найти и достать предметы, необходимые для занятия спортом, и положить их в эту коробку.

### **Музыкальный конкурс**

Дети выполняют комплекс ритмической гимнастики по показу ведущего.

### **Подведение итогов**

Ты с красным солнцем дружишь,  
Волне прохладной рад  
Тебе не страшен дождик  
Не страшен снегопад.  
Ты ветра не боишься  
В игре не устаешь  
И рано спать ложишься  
И с солнышком встаешь.  
Зимой на лыжах ходишь  
Резвишься на катке  
А летом загорелый – купаешься в реке.  
Ты вырастешь здоровым!  
Ты будешь силачом!  
Детям вручаются призы – витамины.

