Конспект игры

КВН «Быть здоровыми хотим!»

в средней группе

Подготовила и провела воспитатель муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 243»

Федотова Наталья Александровна

Задачи:

- Уточнить представление родителей о физическом развитии ребёнка 5-го года жизни, освоение основ гигиенической и двигательной культуры, элементарных правил организации безопасной жизнедеятельности;
- Обеспечить плодотворное взаимодействие родителей и детей.
- Вызвать радость и хорошее настроение у детей и родителей, а также вызвать желание активно участвовать в игре.
- Познакомить родителей с расслабляющими массажами.
- Вызвать у родителей желание поделиться опытом семейного воспитания по формированию здорового образа жизни детей.

Предварительная работа:

- Разбить детей на команды с помощью жеребьёвки.
- Вывесить приглашение на игру для родителей, которое включает в себя название команд, список команд, а также задание для команд.

<u>Задание командам:</u>

1. Выучить приветствие и подготовить эмблему.
2. Поделиться опытом семейного воспитания по формированию здорового образа жизни детей.

- Привлечь родителей к оформлению группы плакатами:

«Закаливай себя, изнеженный лишь тлеет,

Здоровый человек и старый не болеет».

«Здоровье- это та вершина,

на которую каждый должен подняться сам!»

- Подготовить буклеты для каждого родителя «Поиграйте перед сном!», где представлены расслабляющие массажи.

Ход игры:

Ведущий: Добрый вечер, ребята! Добрый вечер, уважаемые взрослые! Мы начинаем игру. Тема нашей игры «Быть здоровыми хотим!»

- А вы хотите быть здоровыми? (Да)

- А как можно пожелать друг другу здоровья одним словом? (Сказать «Здравствуйте»).

- Давайте поздороваемся и мы. Только будем это делать необычно.

Коммуникативная игра «Здравствуй!»

(Все встают в круг и здороваются друг с другом за руку, за ногу,пропевая слово «Здравствуйте!»)

- Здравствуйте, мы все сказали
Всем здоровья пожелали!
Вас прошу я всех садиться
По командам всем разбиться.

(Занимают свои места.)

- Команды, вижу я, готовы
Жюри приветствуем тогда-
Это методист детского сада…

1. **Приветствие команд** с соответствующей эмблемой - 3 балла. (флажки)

Команда «Здоровички».	Команда «Крепыши»
Всем участникам привет!	Чтоб здоровым, сильным быть
И такое слово:	Со спортом надо всем дружить!
Спорт любите с малых лет,	Только надо знать-
Будете здоровы!	В мире нет рецепта лучше:
Спорт-здоровье, спорт- помощник,	Будь со спортом неразлучен,
Спорт- игра, физкульт- УРА!	Проживёшь сто лет!

Ведущий: Жюри оцените приветствие.

- Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только всем нам надо знать,
Как здоровым, сильным стать!
Это будем разбирать!

2. **Разминка.**

За правильный ответ команда получает флажок. Участники другой команды могут дополнить ответ.

Вопросы командам.

«Здоровячки»	«Крепыши»
Вопрос для родителей. *Считаете ли вы, что на первом месте в воспитании ребёнка должна стоять задача физического развития?* *Ответ.* Конечно, важная роль в воспитании здорового ребёнка принадлежит физической культуре. Ведь *здорового ребёнка* невозможно представить себе неподвижным. А от степени физической активности во многом зависят развитие двигательных навыков, успешность усвоения информации, память, восприятие, эмоции и мышление. И помните, что «*движение* как таковое может по своему действию заменить	*Согласны ли вы с утверждением медиков и педагогов о том, что осознанное отношение к своему здоровью формируется у ребёнка в детстве?* *Ответ.* Конечно, каждый ребёнок должен понимать, как важно с детства избегать факторов риска для здоровья, выбрать стиль поведения, не наносящий ущерба физическому и психическому состоянию. Поэтому, главная задача как воспитателей, так и родителей- выработать у детей разумное отношение к своему организму, привить необходимые санитарно- гигиенические навыки, научить вести ЗОЖ с раннего

любое средство, но все лечебные средства мира не могут заменить действия движения.» (Ж.Тиссо)	детства.
Вопрос для детей. *Ребята, что нужно делать, чтобы быть здоровыми, крепкими, сильными? (Дети отвечают поочерёдно с каждой команды.)* ***Вопрос для родителей.*** ***Поддерживаете ли вы в квартире «здоровую» температуру?(20-22градуса). Что для вас значит понятие «здоровая» температура?***	***В какой одежде ваш ребёнок находится дома? Всегда ли она соответствует температуре в комнате?***

Ответ. Судите сами. **+20+18** Хлопчатобумажное бельё (трусики, майка). Мальчики- брюки, рубашка с длинными рукавами, носки. Девочки- платье или костюм с длинными рукавами, тонкие колготки. **+22+21** Хлопчатобумажное бельё (трусики, майка). Мальчики- трикотажные брюки, рубашка или футболка с короткими рукавами, носки. Девочки- платье с короткими рукавами. **+25+23** Хлопчатобумажное бельё (трусики). Мальчики- тонкий костюмчик (шорты и футболка) с короткими рукавами. Девочки- лёгкое платье с короткими рукавами или сарафан.

Ведущий: Нам осталось определить температуру воздуха в группе и соотнести с нашей одеждой. Так что одеваться нужно так, чтобы ребёнок чувствовал себя удобно и комфортно!

- А сейчас немного поиграем в игру «Как живёшь?» (движения придумывают сами.)

Игра «Как живёшь?»

- Как живёшь? Вот так.	Показать большие пальцы обеих рук, направленные вверх.
-Как идёшь? Вот так.	Маршировать.
-Как бежишь? Вот так.	Бег на месте.
- Ночью спишь? Вот так.	
- Как берёшь? Вот так.	
- А даёшь? Вот так.	
- Как шалишь? Вот так.	Надуть щёки и кулаками мягко ударить по ним.
- Как грозишь? Вот так.	
- Как стоишь? Вот так.	
- Как сидишь? Вот так.	
- Как кричишь? Вот так.	
- А молчишь? Вот так.	

Вопрос для детей. А что нужно есть, чтобы быть здоровыми? (Есть овощи и фрукты, богатые витаминами.)

Ведущий: А сейчас продолжите фразу, начатую мной. Только продолжать будет та команда, на которую покажу.(Фразы (отмеченные) говорю заранее). И так несколько раз, пока не вызовет смех.

Тот, кто много ест морковки,

Станет крепким, сильным, ловким.

А кто любит кушать лук,

Вырастает быстро вдруг.

Кто капусту очень любит,

Тот всегда здоровым будет!

Чтобы это не забыть,

Нужно вместе повторить:

Тот, кто много ест морковки…

Ведущий: Вот и посмеялись. А смех продлевает жизнь!

Сейчас в магазине столько разных продуктов, но одни укрепляют зубы, а другие их разрушают.

3. **Задание- игра «Зуб Неболейка»** 2 балла.

Перед вами 2 зуба: 1- здоровый, а 2- больной. Ваша задача: к здоровому зубу приложить полезные продукты, а к больному – вредные (в больших количествах)

Ведущий: Правда в народе говорят, что сахар зубы разрушает, а морковь – укрепляет.

Игра «Это правда или нет?»

(Если правда- хлопаете в ладоши, а нет - топаете)

- Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,
   И тогда ты точно будешь очень строен и высок.
2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить.
   Ешь конфеты, жуй ирис, строен стань как кипарис.
   Это правда или нет?
3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:
   Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мёд и виноград.
   Это правда или нет?
4. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,
   Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.
   Это правда или нет?
5. Будешь кушать лук, чеснок- тебя простуда не найдёт.
6. Хочешь самым крепким стать? Сосульки начинай лизать.
7. Чтоб с микробами не знаться, надо, дети, закаляться.
8. Никогда чтоб не хворать, надо целый день проспать.
9. Если хочешь сильным быть, со спортом надобно дружить.

Ведущий: Молодцы! Вместе вы сила, а врозь?.....

Предлагаю родителям и детям разделиться. Дети остаются за столами.

4. **Задание детям. «Цепочка здоровья.»** 1 балл

   Команда «Здоровички».- выложить алгоритм процесса одевания.

   Команда «Крепыши» - выложить алгоритм процесса умывания.

5. **Задание родителям. «Цветок здоровья.»** 1 балл

   Команда «Здоровички» - находит и прикрепляет к середине цветка лепестки, на которых перечислены практические умения детей данного возраста *по уходу за внешним видом и вещами*.

   Команда «Крепыши» - находит и прикрепляет к середине цветка лепестки, на которых перечислены навыки поведения детей за столом.

Ведущий: Дорогие участники, вы активно играли. Осталось последнее домашнее задание. Но прежде предлагаю отдохнуть, сделать друг другу расслабляющий массаж. Для этого садимся в круг, спинками поворачиваемся друг к другу.

Массаж «Караван».

Шёл по пустыне караван (складываем пальцы обеих рук в кулаки и имитируем ими шаги вдоль спины).
На одном верблюде ехал падишах Ах (сильно поглаживаем кулаками вдоль спины, сопровождая каждое движение глубоким вздохом «Ах»),
На другом верблюде ехала красавица «Ох» (легко поглаживаем кулаками вдоль спины, сопровождая каждое движение глубоким вздохом «Ох»),
А за ними бежала любимая собачка красавицы Их-Их (имитируем двумя пальцами руки лёгкие и быстрые шаги, сопровождая их звуками «Их-Их»).
Вдруг в пустыне подул ветер: сначала сверху вниз и снизу вверх, а затем слева направо и справа налево (гладим спину кистями рук в указанных направлениях).
Ветер стал таким сильным (движения становятся быстрее и интенсивнее),
Что в глаза всадникам начал попадать песок (выполняем пальцами точечные нажимы на спину).
И караван пошёл быстрее, а потом и вовсе побежал: сначала падишах Ах (кулаками обеих рук имитируем быстрые шаги вдоль спины),
Потом красавица Ох (выполняем тоже движение, но легче),
Затем собачка красавицы Их-Их (имитируем двумя пальцами руки лёгкие и быстрые шаги).
Иногда из-за сильного ветра путники сталкивались друг с другом (кулаками обеих рук имитируем столкновение).

Ветер постепенно стих (мягко и плавно поглаживаем спину ладонями слева направо и справа налево),
Но как же все устали… (мягко и плавно поглаживаем спину ладонями сверху вниз).
Остановился караван, и начали путники жалеть друг друга (поглаживаем ладонями плечи, а затем спину сверху вниз).
После отдыха все развеселились, стали шутить (щекочем) **и улыбаться** (улыбаемся).

Ведущий: Понравился массаж? Тогда вашему вниманию предлагаю буклеты «Поиграйте перед сном!», где представлены расслабляющие массажи. С одним из них мы уже сейчас познакомились.

А теперь с новыми силами продолжим нашу игру. В начале нашей игры дети говорили о том, что мы делаем в детском саду для того, чтобы быть здоровыми, сильными, крепкими. А дома что вы делаете для этой цели? Каждой команде было дано задание – поделиться опытом семейного воспитания по формированию здорового образа жизни детей.

(Родители делятся опытом, обсуждают.)

Ведущий: А теперь подведём итоги нашей игры. Награждение команд. Каждому родителю предлагается буклет.

А закончить нашу игру мне хотелось бы словами И. Брехмана:

«Здоровье- это та вершина, на которую каждый должен подняться сам!»