## «Если хочешь быть здоров!»

*(Сценарий интеллектуальной игры для детей старшего дошкольного возраста)*

**Цель:** Выявление и реализация интеллектуально-творческого потенциала у детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

Образовательные: формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания, расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Воспитательные: формировать нравственные качества личности, взгляды и убеждения детей в жизнедеятельности человека.

Развивающие: развивать речь, память, внимание, воображение и восприятие.

**Материал:** проектор, музыкальный центр.

**Ход игры:**

**Дети входят в зал под музыку «Все спортом занимаются» (выполняют ритмические движения)**

**Музыкальный руководитель:** Одного Мудреца спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни: богатство или слава?» Вот что ответил мудрец: «Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля».

Ребята, а вы знаете, что надо делать, чтобы быть здоровыми?

Я предлагаю посмотреть инсценировку **«Спор молочных продуктов»**

**Инсценировка «Спор молочных продуктов»**

**Музыкальный руководитель:** Вот в такой большой корзине

Завязался разговор.

Что нужнее? Что вкуснее?

Разгорелся жаркий спор.

Сыр головастый

Перед всеми хвастал.

**Сыр:** Я запашистый,

Твердый, душистый,

С кругленькими дырами,

Нет вкуснее сыра!

Я не то, что молоко,

Ведь его разлить легко.

**Музыкальный руководитель:** А сметана белая вдруг тоже стала смелая.

**Сметана:** Я, послушайте, ребята,

Разливаюсь по салатам,

По супам и овощам,

Запеканкам и борщам.

Без меня и торты –

Все второго сорта.

Я нужнее молока,

Я послаще творожка.

**Музыкальный руководитель:** Тут вмешался творог. Творог-творог, наш дружок!

**Творог:** Творог очень вкусный.

Я – нежный творожок,

Полезный, как капуста.

В ротик – ам! – и творожок,

Как снежинка, тает;

Творог-творог, наш дружок!

Зубки укрепляет.

Я нужнее молока

И сметаны. Ну, слегка.

**Музыкальный руководитель:** Масло тоже не молчало, очень громко всем сказало.

**Масло:** Чтобы сделать бутерброд,

К хлебу масло надо. Вот.

Без меня блины и кашу

Есть никто не будет даже.

Я жирнее молока,

Сыра, сливок, творожка.

**Музыкальный руководитель:** Тут и мороженое воскликнуло восторженно.

**Мороженое:** А меня-то, а меня-то

Очень любят все ребята:

И с клубникой, и с печеньем,

И с орехом, и с вареньем.

Я такое разное,

Я такое классное!

**Музыкальный руководитель:** Помолчало молоко, повздыхало глубоко.

**Молоко:** Глупые продукты,

Как же вы забыли,

Что коровьим молоком

Все когда-то были?

Сделан сыр из молока,

И творог – из молока,

И сметана с маслом –

Это детям ясно!

**Врач-диетолог:** Вам скажу как диетолог.

Если вам ребенок дорог,

И к нему, конечно, чтобы

Не пристали бы микробы,

Вы не только ешьте фрукты,

Но и молочные продукты.

Пейте молоко коровье,

Чтобы укреплять здоровье.

**Музыкальный руководитель:** Наша увлекательная игра посвящена здоровому образу жизни и называется она «Если хочешь быть здоров!»

В игре участвуют три команды: команда «Непоседы», команда «Ромашка» и команда «Звездочка». Давайте, поприветствуем наши команды!

Следить за ходом игры будет жюри.

**Музыкальный руководитель:** Пусть каждый смело вступит в бой,

В азарт соревнования.

Успех придет не сам собой,

Помогут ваши знания.

**1. Первый конкурс «Блиц опрос»**

Я вам задаю вопросы, на которые вы должны ответить быстро и правильно. За каждый правильный ответ команда получает одну «витаминку» *(желтый шар из сухого бассейна)*

***Вопросы для команды «Звездочка»:***

1. Сколько раз в день положено есть?

2. Какой витамин дарит нашему организму солнце?

3. Мельчайший организм, переносящий в организме инфекцию и болезни?

***Вопросы для команды «Ромашка»:***

1. Когда человек должен больше есть: на завтрак, обед, ужин?

2. Назовите пять полезных продуктов?

3. Чем покрыто наше тело?

***Вопросы для команды «Непоседы»***

1. Какой витамин содержится в лимоне?

2. Тренировка организма холодом?

3. Сколько раз в день нужно чистить зубы?

**2 конкурс «Сказочный»**

Внимание на экран: в волшебном сундуке спрятались сказочные герои, а кто там спрятался вам надо отгадать *(если команда отгадывает, то герой появляется из сундука)*.

***Вопросы для команды «Звездочка»***

1. Как зовут мальчика, который живет в деревне Простоквашино, где всегда чистый воздух? **Ответ: Дядя Федор.**

2. Отгадай, чьи это слова:

«…Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам –

Стыд и срам! Стыд и срам». **Ответ: «Мойдодыр».**

***Вопросы для команды «Ромашка»***

1. Этот сказочный герой любил кушать мёд и решил подарить горшочек с медом Ослику на день рождения. **Ответ: Вини-Пух.**

2. Какой сказочный доктор самый добрый? **Ответ: доктор Айболит.**

***Вопросы для команды «Непоседы»***

1. Какая сказочная героиня любила гулять на чистом воздухе в лесу, но при этом забывала про правила безопасности? **Ответ: Красная шапочка.**

2. Какой летающий герой был упитанный, воспитанный, но не очень правильно питался? **Ответ: Карлсон.**

**3 конкурс «Вредные привычки»** *(интерактивный)*

Посмотрите, как много изображено картинок на экране с вредными и полезными привычками. Ваша задача отправить все вредные привычки в сундук, для этого нужно кликнуть мышкой по картинке.

**4 конкурс «Угадай-ка»**

Что нам помогает слышать и различать звуки?

При помощи чего мы чувствуем разные запахи?

Я прошу подойти по одному участнику от каждой команды.

**- угадай по запаху** *(зубная паста, лимон, мыло)***,**

**- на вкус** *(яблоко, банан, груша)***,**

**- на ощупь** *(зубная щетка, полотенце, яблоко)*

**Ведущий:** Я предлагаю всем сейчас подняться и спеть полезную для организма песню.

**«Песенка про еду»**

**5 конкурс «Загадки»**

***Команда «Звездочка»***

Только ей судья кивнёт

По бревну скакать начнёт!

С длинной ленточкой попляшет,

С брусьев ножками помашет.

А потом попьёт воды

И ждёт оценок за труды. **(гимнастка)**

Лёд вокруг прозрачный, плоский,

Две железные полоски.

А над ними кто-то пляшет,

Прыгает, руками машет. **(фигурист)**

***Команда «Ромашка»***

Я люблю его смотреть.

Очень нравится болеть.

И кричать всем вместе: «Гол!»

Лучшая игра…… **(футбол)**

Кто по снегу быстро мчится

Провалиться не боится? **(лыжник)**

***Команда «Непоседы»***

На ледяной площадке крик,

К воротам рвется ученик.

Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!»

Веселая игра … **(хоккей)**

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)**

**Ведущий:** А сейчас конкурс для нашего жюри **«Неправильная пословица»**

Внимание на экран.

На экране пословицы с перепутанными словами. Вы должны прочитать пословицу правильно.

1. Кто занимается силы, тот набирается спортом.

*Кто* *спортом занимается, тот силы набирается.*

2.Укладываясь спать бодрым, проснешься с пустым желудком.

*Укладываясь спать с пустым желудком, проснешься бодрым.*

2. Закаляй дела тело для с пользой своё.

*Закаляй свое тело с пользой для дела.*

4. Спорт и организм укрепляют туризм.

*Спорт и туризм укрепляют организм.*

**Ведущий:** Все верно, спорт укрепляет наш организм. И предлагаю вам позаниматься спортом. Внимание на экран.

**«Музыкальная зарядка»**

**Ведущий:** А сейчас настало время подсчитать количество очков, которое заработала каждая команда. *(считаем «витаминки»)*

Предоставляем слово жюри ….

**Ведущий:** Ну, вот и подошла к концу наша интеллектуальная игра «Если хочешь быть здоров!» Все команды благодарю за работу, а зрителей за внимание!