**Ход занятия**

**Ведущий.** Здравствуйте, дорогие друзья! Мы часто слышим: «Будьте здоровы», «Не болейте», «Желаю здоровья». Часто ли мы задумываемся о своем здоровье? Что мы делаем для того, чтобы быть здоровыми? *Ответы детей*

Воспитатель:

Ты шагай, ты шагай своей дорогой, не зевай.  
Ты шагай, ты шагай, себе пару выбирай.  
Поздоровайся ладошкой,  
Поздоровайся и ножкой.  
Плечиком и локотком  
И конечно, язычком: - Здравствуй!  
Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай  
Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай  
Поздоровайся головкой  
Как ты делаешь все ловко!  
Пальчиком и кулачком  
И конечно, язычком: - Доброе утро!  
Ты шагай, опять шагай своей дорогой, не зевай!  
Ты шагай, ты шагай, другую пару выбирай  
Поздоровайся макушкой  
И своим красивым ушком,

**Воспитатель:** Послушайте правила нашей игры: задания будут даваться командам, за каждое правильно выполненное задание вы будете получать мешочек здоровья. Чтобы быть в хорошей соревновательной форме, предлагаю провести разминку.

**Игра «Да и Нет»**

Каша – вкусная еда  
Это нам полезно? (*Да*)  
Лук зеленый иногда  
Нам полезен дети? (*Да*)  
В луже грязная вода  
Нам полезна иногда? (*Нет*)  
Щи – отличная еда  
Это нам полезно? (*Да*)  
Мухоморный суп всегда –   
Это нам полезно? (*Нет*)  
Фрукты – просто красота!  
Это нам полезно? (*Да*)  
Грязных ягод иногда  
Съесть полезно, детки? (*Нет*)  
Овощей растет гряда.  
Овощи полезны? (*Да*)  
Сок, компотик иногда  
Нам полезны, дети? (*Да*)  
Съесть мешок большой конфет  
Это вредно, дети? (*Да*)  
Лишь полезная еда  
На столе у нас всегда!  
А раз полезная еда –  
Будем мы здоровы? (*Да*)

**Воспитатель:** Второе задание «Найди пару»

Перед вами карточки с опасными ситуациями для здоровья, вам необходимо объединить их в пары и объяснить, чем опасна ситуация.

**Воспитатель:** Наши глазки устали, отдохнем немного.

**Гимнастика для глаз «Веселая неделька»**

Всю неделю по порядку,   
Глазки делали зарядку.  
- В понедельник, как проснутся,  
Глазки солнцу улыбнутся.  
- Во вторник часики глаза,  
Водят взгляд туда-сюда.  
- В среду в жмурки мы играем,  
Крепко глазки закрываем.  
1, 2, 3, 4, 5.  
Будем глазки открывать.  
- По четвергам мы смотрим вдаль,  
На это времени не жаль.  
- В пятницу мы не зевали  
Глаза по кругу побежали.  
Остановка и опять,  
В другую сторону бежать.  
- Хоть в субботу выходной  
Мы не ленимся с тобой.  
Ищем взглядом уголки,  
Чтобы бегали зрачки.  
- В воскресенье будем спать,  
А потом пойдем гулять.  
- Без гимнастики, друзья,  
Нашим глазкам жить нельзя!

**Воспитатель:**А теперь конкурс-эстафета «Чем с другом нельзя делиться?»

Добежать до стола с преодолением препятствий (перешагнуть через предмет, пролезть в обруч, пройти по следам), из предложенных предметов выбрать те, с которыми нельзя делиться, они должны быть только индивидуальными. (Носовой платок, зубная щетка, расческа, полотенце, мочалка, сланцы для бассейна, и др.) и принести их своей команде.

**Воспитатель:** Следующее задание «Заморочки из бочки» (вопросы из бочонка вытаскиваю и задаю их командам, чья команда больше ответит на вопросы, та и получит мешочек)

1. В какой стороне тела находится сердце?
2. Если вам необходимо позвонить в милицию, какой номер вы наберете?
3. Если человек сильно болен, что он принимает?
4. Какой орган тела принимает звуковые сигналы?
5. 5.Что нужно сделать после приема пищи?
6. Какого цвета кровь?
7. Можно ли дразнить на улице собак? Почему?
8. Вы пришли в лес. Как надо себя вести? Что нельзя делать в лесу?
9. По какому номеру телефона мы звоним в «скорую помощь»?
10. У человека много друзей, но главные: солнце, воздух и…?

**Воспитатель:**  Вот наше викторина закончилась! Спасибо всем! Все молодцы!