

МБДОУ Детский сад № 21 с. Михайловское

Викторина  
для педагогов по ЗОЖ

**«Школа здорового образа жизни»**

Подготовила:  
воспитатель  
Гулярова Ж.А.



*Заведующая М.И. Музаева И.В.*

Цель викторины:

Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения дошкольников.

Задачи:

1. Расширить и углубить знания педагогов о содержании и особенностях организации работы по физическому развитию детей дошкольного возраста.
2. Совершенствовать навыки работы по укреплению здоровья детей всех возрастных групп.
3. Развивать творческий потенциал педагогов.

Ход викторины:

- В век технического прогресса и завоевания космоса нам, как и во все времена, прежде всего, дорого здоровье. Здоровье человека - это главная ценность жизни. Здоровье не только физическое состояние, но и психологическое, и духовное. Здоровье человека на 50% зависит от того, как он живёт, чем занимается, т.е. от образа жизни.

Известно, что дошкольный возраст – решающий в становлении физического и психического здоровья. Именно в этом возрасте важно сформировать у детей знания и навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом.

Наша цель – создать условия, которые помогут каждому ребенку стать телесно и психически здоровым, творчески активным, радостным, энергичным, деятельным. Работа педагогов проводится через все ведущие виды деятельности, соответствующие возрастным и психофизиологическим особенностям каждого ребенка и основывается на основных принципах педагогики: гуманизации, индивидуализации, природоспособности, системности, взаимодействия и сотрудничества с детьми и родителями.

Сегодня я рада приветствовать Вас в нашей викторине «Школа здорового образа жизни». В ней примут участие те, кто желает проявить сноровку, находчивость, ум, смекалку, словом те, кто претендует на высокое звание «Победитель».

(Для участия приглашаются участники по желанию.)

Заведующая  М.В. Музаква А.В.

## Бланк заданий:

### 1. Разминка: допишите выразные

- 1. - Холода не бойся, сам по пояс ...
- Больной лечись, а здоров
- В здоровом теле, ...
- У кого, что болит, тот о том и ...
- Солнце, воздух и вода ...
- Береги платье снову, а здоровье ...
- Курить – здоровью ...
- Кто спортом занимается, тот силы ...
- Здоровье дороже ...

### 2. «Вопрос – ответ»: допишите ответ

1. Что, согласно известному лозунгу, является залогом здоровья? -
2. Как называется наука о здоровье? -
3. Какие фрукты, овощи, растения используются для понижения температуры? -
4. В какое время года лучше всего начинать закаляться? -
5. Кто такие «моржи»? -
6. Листья, какого растения используются при ушибе и кровотечении? -

### 3. «Угадай-ка»: напишите отгадку

Его бьют, а он не плачет, Веселее только скачет. _____	Два колеса подряд, Их ногами вертят. _____
Гладко, душисто, моет чисто, Нужно чтобы у каждого было. Что это такое? _____	Костяная спинка На брюшке щетинка, По частоколу прыгала.
Это птица – не синица, Не орел и не баклан. Это маленькая птица Называется... _____	На снегу 2 полосы, Удивились 2 лисы. Подошла 1 поближе: Здесь бежали чьи – то... _____
В овощах и фруктах есть. Детям нужно много есть. Есть еще таблетки Вкусом как конфетки. Принимают для здоровья Их холодною порою. Для Сашули и Полины Что полезно? _____	Ты увидишь на витрине Не одежду, не продукты. И не книги, и не фрукты. Здесь микстура и таблетки, Здесь горчичники, пипетки. Для тебя, для папы с мамой. Открывает дверь ... _____

*Заведующий кабинетом Мухоморова И.В.*

4. «Спортивная викторина»: допишите или выберите правильный ответ

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? \_\_\_\_\_
2. В каком городе проходила Олимпиада в 2014 году \_\_\_\_\_
3. Начало пути к финишу. \_\_\_\_\_
4. Спортивный снаряд для перетягивания. \_\_\_\_\_
5. "Бородатый" спортивный снаряд. \_\_\_\_\_
6. Танцор на льду. \_\_\_\_\_
7. Спортсмен, который ходит сидя. \_\_\_\_\_
8. Как часто проводятся Олимпийские игры?
  - а) раз в два года
  - б) раз в четыре года
  - в) раз в пять лет
9. Какой из этих олимпийских видов спорта имеет пляжную разновидность?
  - а) Баскетбол;
  - б) Гандбол;
  - в) Волейбол;
10. Что означает переплетение разноцветных колец в эмблеме олимпийских игр? \_\_\_\_\_

5. «Всезнайка»: напишите ответ

1. Назовите виды двигательной активности в воспитательно-образовательном процессе.

\_\_\_\_\_

2. Перечислите виды и способы закаливающих процедур детей дошкольного возраста.

\_\_\_\_\_

3. Из каких частей состоит НОД по физической культуре?

\_\_\_\_\_

4. Какова продолжительность НОД по физической культуре в каждой возрастной группе?

В первой младшей группе - \_\_\_\_\_

Заведующая \_\_\_\_\_



Мин, \_\_\_\_\_

Музаева И.В.

во второй младшей группе – 15-20 мин,

в средней – 20- 25 минут,

в старшей – 25-30 мин,

в подготовительной группе – 30-35 мин.

5. Что такое физкультминутка?

(Это физические упражнения, проводимые в группе во время НОД, для смены деятельности и привлечения внимания воспитанников или физкультурные минутки – это кратковременные перерывы на занятиях длительностью 1-2 минуты для проведения физических упражнений с целью предупреждения утомления, сохранения умственной трудоспособности и профилактики нарушения осанки).

Подведение итогов, награждение грамотами.

*Заведующий МДОУ №21 с.Михайловское*

